كتاب حفظ البدن للرازى

رسله

٤٦٩٤
قد وقف هذه النسخة سلطاننا الأعظم والخاقان المعظم
مالك البرين والبحرين خادم الحرمين الشريفين السلطان ابن السلطان
السلطان الغازي محمود خان وقفا صحيحا شرعيا لمن طالع
وانا حرره الفقير أحمد شيخ زاده المفتش
بأوقاف الحرمين الشريفين
غفر لهما

الحمد لله رب العالمين ● والعاقبة للمتقين
ولا عدوان الا علی الظالمين ● والصلوة علی
رسولنا محمد وآله اجمعين الطيبين الطاهرين
وسلم تسليما كثيرا هذا كتاب حفظ البدن
من تصنيف مولانا الصدر الكبير العالم
البارع الورع المتقی علامة العالم فخر الملة
والدين تاج المحققين منتهی النظر اعلم البشر
حسام الشريعة زين الحكماء امام المشرق
والمغرب محمد بن عمر بن ابی الحسين الرازی
نور الله مضجعه واين كتاب مرتبست بر هشت

مقالت مقالت نخستين در بيان علامات
امزجه بر سبيل اجمال واين مقالت مرتبست
بر چند فصل فصل اول در بيان نشانهای مزا
جها بر طريق كلی بدانكه مزاج معتدل و نا معتدل
از هشت روی ظاهر كردد اول آنست كه چون
مزاج كسی معتدل باشد در وقتی كه آن وقت
معتدل بود در كرمی و سردی و تری
وخشكی كر آن لمس كنند اندام ملموس را
معتدل يابد درين كيفيتها دليل كند كه
ملموس معتدل باشد ● واكر چون دست
بر اندام نهد انكس نخست كرم باشد مزاج آن كس
كرم باشد واكر سرد بود مزاج ملموس سردست
واكر كوشت اندام سخت است مزاج خشك است

واگر نرم است مزاج نرم است دوم آنست که
بنگرد تا آنکس فربه است یا لاغر وبدانکه هرکه
فربه باشد لابدّ که مزاج او تر باشد ■ پس اگر با آن
تری گرمی جمع باشد آن فربهی از گوشت است
واگر با آن تری سردی باشد آن فربهی از پیه باشد
واین کس را فربهی از پیه باشد یا مزاج اصلی او
خود چنین بوده بود این مزاج اورا عارضی باشد
ونشان آنکس که مزاج اصلی او این باشد سه
چیز است اوّل آنست که رگهای او باریك باشد
دوم خون اندك باشد سوم بر گرسنگی
صبر نتواند کرد زیرا که خون در تن او اندك باشد
وخون اصل غذاست لاجرم طاقت گرسنگی ندارد
وهر آنکس که مزاج او خشك باشد البتّه فربه نبود

بلکه لاغر بود ■ ولیکن مردم لاغر گاه بود که
با خشکی گرم بود وگاه بود که سرد باشد ودرین
جایگاه سه مسیله هست که اندانستن از گزیر
نیست مسئله اوّل چرا بعضی حیوانات را فربهی
بر روی گوشت بود وبعضی دیگر را آمیخته
جواب هر گوشت که گرم بود فربهی بر روی
او باشد از بهر آنکه ما بیدا کردیم که فربهی از رو
بود واین گوشت چون گرم بود فربهی در اندرون
او منعقد نشود امّا آن گوشت که در گرمی وسردی
میانه بود فربهی در میانهٔ او منعقد شود
فامّا آنچه نیك سرد بود فربهی هم از درون
وهم از بیرون او منعقد شود مسئله دوم
دل از همه اعضا گرم وترست وبر روی پیه بسیار

وبعضی را در اندرون گوشت

اگر انعقاد پیه از سردی بودی چرا بر دل پیه
گرد شده است جواب آن از بسیاری عنایت
بدل زیرا که عضو رئیس مطلق است و او معدن
حرارت غریزی است لاجرم طبیعت آن پیه
حرارت او را برقرار می‌گیرد و از افراط گرمی
و خشکی او نگاه میدارد مسئله ۳ چرا بر زبان
پیه نیست با آنکه پیوسته اثر سردی هوا بدو
میرسد جواب پیه بر گوشتی بدید آید که
آن گوشت کثیف و صلب بود و زبان گوشتی است
نرم و متخلخل لاجرم پیه بر وی جمع نشود
علامت سوم رنگ است و بدانکه رنگها بسیار است
لیکن ما درین مختصر یازده رنگ بیاریم
و طبع هر یک شرح دهیم انشاء الله تعالی

رنگ اول سپیدست دلیل بود بر اندکی خون
و بر سردی مزاج زیرا که چون غذا خورده شود
اگر حرارت غریزی تن بقوت بود غذا را پخته
کند و از وی خون صالح متولد شود لاجرم
رنگ روی سرخ باشد اما چون حرارت غریزی
قوی نبود غذا را نیکو نتواند پختن لاجرم خون
بلغم ناک متولد شود رنگ روی سرخ نباشد
رنگ دوم آنست که برنگ گچ باشد و این دلیل
باشد بر غایت سردی و بسیاری بلغم رنگ سوم
آنست که برنگ عاج ماند دلیل باشد بر بدی
صفرا رنگ چهارم آنست که برنگ ار زیر ماند
و این دلیل کند بر سردی و تری با سودا آمیخته
زیرا رنگ ار زیر سپید بیشتر از بلغم باشد و آن

باندکی سبزی آمیخته وآن سپیدی از بلغم
باشد وآن سبزی از سودا با بلغم آمیخته
رنگ پنجم زردیست وآن دلیل باشد
براندکی خون لیکن این معنی بر دو گونه بود گاه
چنان بود که نه خون بود ونه صفرا
چون رنگ کسانی که از بیماری خاسته باشد
رنگ روی ایشان زرد بود وصفرا نبود
وگاه باشد که آن زردی از صفرای بسیار
باشد چنانکه در حق مردم صفراوی مزاج
گفته شده است رنگ ششم مردم اشقر وآن
دلیل کند که خونی با صفرای بسیار آمیخته
باشد رنگ هفتم مردم سرخ روی وآن دلیل
باشد بر بسیاری خون وقوت حرارت غریزی

رنگ هشتم آنست که مردم سبز رنگ بود
بی سرخی وآن دلیل باشد بر خون سوداوی
با بلغم آمیخته رنگ نهم مردم تاریک چهره
بود وآن دلیل باشد بر اندکی خون وبسیاری
سردی وآمیختگی با سودا رنگ دهم آنکه مردم
سیاه چهره بوند بی سبزی وآن دلیل باشد
بر غایت سردی وخشکی زیرا که این رنگ خاص
بسودا وبباید دانست که تغییر حال جگر
باشد وتغییر رنگ مردم در سیاهی وزردی
بسبب تغییر حال سپرز باشد وتغییر رنگ
مردم در زردی وسبزی بسبب علتهای
بواسیر بوده است واین حکمتها که گفتیم
اکثری بود اما دایم نبود وبباید دانست که

رنك زبان دليل قوي است بر حال معده وامعا
ورنك چشم دليل قوي است بر حال دماغ
باشد كه بيماري دو رنك متضاد ظاهر شود
چنانكه در يرقان سياه زبان سپيد شود
ورنك اندامها سياه شود علامت چهارم
موي است وببايد دانستن كه موي از سه روي
نشان دهد اول آنست كه ماده موي بخارست كه
با دود آميخته است زيرا كه چون حرارت
غريزي در رطوبت تن عمل كند هر آينه ازان
رطوبتها بخاري برانكيزد وانچه ازان بخارها
سوخته شود دود كردد وان بخارهاي كه دود
قصد ان كند تا از اندرون تن بيرون آيد وچون
بيرون آمد سردي هوا بروي زند وازان منعقد

كند وهمچنين بخار دودناك در تن متولد شود
وبدان رهكذر مي آيد هرچند ازين باشد بيشتر
دفع ميكند وهم برين طريق موي دراز ميشود
واين بخار دودناك انكاه متولد شود كه
حرارت تن قوي باشد چنانكه حرارت تن مردم
جوان اما حرارت تن كودكان هرچند بقوت
باشد ليكن رطوبات ايشان بسيار باشد
لاجرم بخارهاي ايشان با دود آميخته نبود
ازان سبب بر تن ايشان موي كمتر باشد وچون
اين مقدمه معلوم شد كه كوييم كه از رستن
موي دليل باشد بر خشكي مزاج واكر با اين
خشكي حرارت جمع باشد موي زود رويد واكر
خشكي نيك بسيار بود موي سطبر باشد وبسيار بود

زیرا که مادهٔ او بسیار تر بود وجه دوم
از دلایل موی آنست که مویها یا جعد بود
یا راست اگر جعد بود و بر هم شکسته مزاج او
خشک است و اگر راست بود و نا شکسته مزاج
تر بود و اگر اندر هر دو نوع بود معتدل است
وجه سوم از دلایل موی سیاه رنگ آنست
جالینوس میگوید سیاهی موی دلیل است
بر غایت سوختگی از بخارهاء دخانی که در تن
متولد میشود و اگر سرخ است و یا اشقر مزاج
معتدل است و اگر سرخی بزردی میل دارد
و سپیدی مزاج سرد است و بدانکه در موی
مسئله چند لطیف است و ما بعضی از آن
مختصر بیاریم مسئله اول چرا چون مردم پیر شود

موی وی سپید شود جواب ارسطاطالیس
گوید سبب سپیدی موی پیران مستولی شدن
بلغم است بر موی و جالینوس گوید که سبب آن
سپیدی تکرج آن غذاست که بموی رسد
و خواجه ابو علی سینا گوید که چون اندیشه
بتمامت کرده شود هر دو قول یکی باشد و سر
چنین می نماید که هرگاه که جسم شفاف باشد
و اجزای هوا باوی آمیخته شود و آن جسم
شفاف سفید نماید چنانکه کفک آب سپید
نماید و کفک جز این نیست که اجزای هوا
با اجزای آب آمیخته شود سپید نماید پس بلغم
طبیعی طبع آب دارد و چون هوا باوی آمیخته
شده است لاجرم سپید می نماید و سبب سپیدی

بودن تکرخ مین است زیرا که چون حرارت
لطیف از باطن جیشی زبخاری برانگیزد و آن
بخار همچنان بر روی آن جسم نماید و اجزای هوا
با آن رطوبت آمیخته شود از آمیختگی اجزای هوا
با اجزای آب سپیدی ظاهر شود • پس معلوم
شد که این سخن که ابو علی گفته است که قول ارسطو
و قول جالینوس در حقیقت هر دو یکی است
مسئله دوم چرا مردم چو پیر شود موی او
سپید شود و دیگر حیوانات را در پیری موی
سپید نشود جواب زیرا که اندام آدمی
نیک لطیف است چون پیر شود بلغم بر وی
مستولی شود و موی را سپید کند و اندام
حیوانات دیگر غلیظ است چون پیر شوند

مادهٔ سودا برو مستولی شود لاجرم موی ایشان
سیاه تر شود مسئله سوم چرا سپیدی موی
مردم اول بر صدغ افتد از جای دیگر جواب
زیرا که هر دو صدغ بمقدم دماغ نزدیک است
و مقدم دماغ در غایت رطوبت است مسئله
چرا مردم اصلع شود پیش سر شود نه پس سر
جواب زیرا که پیش سر را رطوبت زیادت است
از پس سر بود مسئله ٤ چرا زنان و خادمان
موی سپید زود تر دیگران ظاهر شود جواب
از برای آنکه رطوبت بر مزاج زنان غالب تر است
و سپیدی موی از رطوبات است و اما خادمان
از برای آن است که آنچه مادهٔ منی باشد در تن ایشان
نماند و بلغم شود و با چون آمیخته شود لاجرم

رطوبت بر تن ایشان غالب شود وسپیدی موی
زود ظاهر شود مسئله ٦ چرا موی بر اندام
زنان وخادمان کمتر بود جواب زیرا که
رطوبت بر ایشان غالب باشد وما شرح دادیم که
مادهٔ موی بخار دود ناك است وآن جز در مزاج
خشك حاصل نشود مسئله ٧ چرا موی بغل
هرگز سپید نشود جواب زیرا که اینجایگاه
بدل نزدیك است وحرارت دل پیوسته بوی
میرسد لاجرم بلغم بروی مستولی نشود
وسپید نشود مسئله هشتم چرا چون بر تن
آدمی جراحتی بدید آید وپس بصلاح باز آید
بران جایگاه موی برنیاید واگر بر تن حیوانات
دیگر بود بران موضع موی برآید جواب

زیرا که مسام پوست آدمی تنك است
ودلیل برین آنست که موی آدمی نرم وباریك
باشد لاجرم بعد ازان بصلاح آمدن جراحت آن
مسام هیچ نماند پس موی بیرون نیاید اما موی
چهارپایان نیك درشت وسطبر است لاجرم
مسام ایشان نیك فراخست وبیخ موی ایشان
نیك سطبر باشد بعد ازانکه جراحت بصلاح آید
هنوز اندکی ازان مسام باقی باشد لاجرم موی
برآید مسئله نهم چرا مردم را در بیماریها
خاصه در تبها گوشت کمتر شود وناخن وموی
زیاده شود جواب زیرا که در بیماریها
فضلات بسیار بود ازان فضلات موی
وناخن متولد شود وگوشت متولد نشود

وچون در وقت حجت چون صالح بود لاجرم کوشت
زیادت شود وموی وناخن کمتر شود مسئله ١٥
چرا چون مردم سرما یابند یا بترسند موی بر اندام
راست ایستد جواب زیرا که چون بترسند حرارت
غریزی در اندرون تن شود وظاهر تن سرد شود
وسرما پوست را فراهم کشد وراه کذر مویها را
تنك کند لاجرم موی سیخ شود مسئله یازدهم
چرا چون مردم جماع بسیار کند موی سر ومژه
کمتر شود وموی روی وموی دیکر اندامها بیشتر
شود جواب زیرا که موی سر ومژه وابروی
در اول آفرینش بوده است بس معلوم شد که
این مویها بطبع حرارت غریزیست وریش ودیکر
مویها در اول نبوده معلوم شد که این مویها

بطبع حرارت عرضی است وچون جماع کرد حرارت
غریزی ناقص شود • وحرارت غریب زاید شود
لاجرم موی سر ومژه وابرو ناقص شود وریش
وموی دیکر اندامها ناقص نشود مسئله دوازدهم
چرا چون بهار شود بعضی حیوانات را مویها
بریزد وآدمی را بر خلاف این است جواب
زیرا که هر حیوان که وقت بهار موی فروافکند
یا از نزاری بود که موی آن ضعیف بود چون
سردی هوا بمنبت او رسد ضعیف شود لاجرم
در وقت هوا کم اندازد یا از برای آن بود که
بدن او کوشت اندك بود در وقت سرما ظاهر
پوست او سخت شود ومدد نیابد در وقت بهار
موی اندازد وآدمی چنین نیست لاجرم در وقت

بهار موی نر اندازد علامت چهارم از علاماتی که
حال مزاجها بدان بتوان دانستن منفعلهات که
از قوتها صادر شود وفاعل کلی آنست که هر گاه که
فعلها را قوت بر کمال باشد ودروی هیچ تشویش
ونقصان نبود مزاج معتدل بود واکر نه چنین
باشد از ان سه قسم بیرون نبود یا تشویشی
حاصل بود یا نقصان یا بطلان اما تشویش
دلیل کند بر غایت گرمی چنانچه کسی هر ساعت
از حال خود بگردد گاه در خشم باشد وگاه در رضا
ودر یک حال قرار نگیرد واما نقصان فعلها
دلیل کند بر سردی وبطلان فعل بغایت سردی
ومثال این آنست که مزاج گرم چنان اقتضا کند که
هر چیز را بقوت باشد ودر قوت تفکر

وذکر کامل بود ودر کارها قرار گیرد وباشد
ونبض او نیک قوی بود ونفس او نیک قوی باشد
وعظیم وشجاع ودلیر باشد واز چیزها نترسد
ونیز خشم باشد ونشو ونمای او زود باشد
واشتهای طعام قوی دارد وچون طعام بخورد
قوت هضم او کامل باشد واما مزاج سرد در
همه فعلها که گفتیم بر ضد این بود یعنی ترسنده بود
ودلیر نباشد وحواس او نیک صافی نبود وطاقت
اندیشه ندارد ودر کارها ثابت نباشد واز جمله
دلایل یکی آنست که بزرگی آواز وسخت گفتن
نیز دلیل کند بر گرمی مزاج وباریکی آواز دلیل
کند بر سردی مزاج علامت پنجم از علامات
حالها مزاج احوال بول است وبراز است زیرا که

هر وقت که بول رنگین بود ورایحهٔ او سنك نیز بود
دلیل باشد واگر نه چنین بود بر برودت ثابت
علامتهاء کلی که دلالت بر احوال مزاجها واللّه اعلم

باب دوم در شناختن مزاج

هر اندامی واین باب پنج فصل است فصل اول

در شناختن مزاجهای دماغ بدانکه حال دماغ از پنج
گونه معلوم توان کرد از شکل سر وبدانکه شکل سر آنگاه
خوب بود که میچنان بود که گوی انبوم کنند وهر دو
دست بر دو جانب وی نهند واعتماد کنند تا از دو سوی
وی در نشیند واز پیش و پس او اندکی بیرون آید
ومنفعت از بیرون آمدن از پیش آن بود تا آنچه
که از دماغ که در پیش سر است بیشتر بود که منبت
پیها که حامل قوتها وحاسه است کامل تر بود و منفعت
بیرون آمدن از پس آنست که منبت نخاع کامل تر
بود وشکل سر چون چنین باشد کامل تر بود واما
اگر نه چنین باشد بد باشد وان بر سه گونه بود
اول باریك باشد و پوشیده وخواب تمام
دارد اما دوم خشك حاسها وی کند باشد واز دماغ
تریها بسیار پالاید وخوابش گران بود اما دماغ
ختلك از سروی هیچ تری نپالاید وحاسها تیز
باشد چنانکه آوازهای نرم وبویهای طعامهای
اندك زود دریابد وخوابش اندك باشد وموی
سر زود بر آید وکثیف باشد وبزردی میل دارد
وجعدی وزود اصلع شود فصل دوم در
مزاجهای دل دل گرم نبض ونفس هر دو
عظیم باشد وسریع ومتواتر ومرد شجاع باشد

واگر سخت گرم باشد شتاب زده باشد مشهور
ورود خشم گیرد وسینه پهن دارد واندر حوالی
آن موی بسیار دارد واگر با پهنی سینه سر کوچک
بود نشان قوی است برانکه مزاج دل سخت گرم است
وهرگاه که دل گرم باشد همه تن گرم باشد
مگر که مزاج جگر سرد باشد وبا دل برابری کند
لاجرم با گرمی دل تن گرم نشود دل سرد
نبض ونفس بطی وصغیر ومتفاوت بود ومرد
بد دل بود ودر کارها کسلان بود وسینه
از موی برهنه باشد دل خشک نبض صلب
باشد ومرد آهسته بود لیکن اگر وقتی خشم
گیرد دشوار ساکن شود ولجوج باشد دل تر
نبض نرم باشد ودر کارها زود متغیر شود

ورود خشم گیرد وزود ساکن شود والله اعلم
فصل سوم در مزاجهای جگر
جگر گرم چون مزاج جگر گرم باشد رگهای نبجنده
از جگر رسته است فراخ باشد وصفرا بسیار
تولد کند وچون گرم باشد بدان سبب همه
اندامها گرم بود وبر شکم خاصه بر نیمه راست
موی بیشتر باشد جگر سرد رگهای
نابجهنده تنگ باشد ورنگ رطوبت در وی
بسیار بود وچون سرد باشد اگر دل گرم
با وی برابری بکند بر شکم وی هیچ موی نباشد
جگر تر خون بسیار باشد ورگها نرم وهمه
اندامهای او نرم وتر بود اگر خشکی دل برابری
نکند جگر خشک خون او غلیظ باشد واندک

ور کها صلب باشد و تن خشك بود والله اعلم

فصل چهارم در مزاجهای معده معدهٔ گرم

گواریدن طعام فزون از آرزوی او باشد و

طعامهای که در دیگر معده ها دیر گوارد و

اندرین معده نیك گوارد و طعامهای لطیف

درین معده بسوزد و باشد که درد سر آرد

معدهٔ سرد آرزوی طعام زیاده از هضم

طعام بود و طعام ترش شود و آروغ ترش

برآرد و طعام سرد آرزو کند ولیکن چون بخورد

رنجور شود معدهٔ خشك تشنگی بسیار کند

و اندك آب ورا کفایت کند و اگر آب بسیار

خورد بر وی گران شود و خورش خشك آرزو کند

و بسیاری آن زیان دارد معدهٔ تر بر ضد این باشد

و بدانکه فرق میان مزاج اصلی و عارضی آنست که

خداوند مزاج اصلی را چیزها مانند مزاج خویش

آرزو کند و خداوند مزاج عارضی را چیزها

مخالف مزاج آرزو کند مگر که روزگار برآید

و مزاج عارضی چون مزاج اصلی شود و انگاه

وی را چیزهای مانند خویش آرزو کند والله اعلم

فصل پنجم در شناختن مزاجهای

خصیتین و اوعیهٔ منی خصیهٔ گرم این کس را

بر زهار و حوالی آن موی بسیار باشد

و بسیار جماع کند و فرزند نرینه بیشتر آید

خصیهٔ سرد احوال او بر خلاف این بود خصیهٔ تر

بسیار منی باشد خصیهٔ خشك منی سخت غلیظ

باشد و زود خواب بیند و بر جماع کردن حریص

باشد و بسیار فرزند باشد و بر زهار و حوالی
آن موی بسیار بود ولیکن زود از کار باز ماند
و اگر بر خود الحاح کند نیک زیان دارد این
سخن مختص در شرح علامت مزاجها مقالت دوم
در بیان آنکه تدبیر هوا و آنچه بدان باب تعلق
دارد و این مقالت مرتب است بپنج فصل
فصل اول باید دانست که شش چیزست که
اگر آن چیزها چنانکه باید و چندانکه باید و در آن
وقت که باید بکار دارند سبب تن درستی شود
و اگر نه چنانکه باید و چندانکه باید و در آن وقت که
باید بکار دارند سبب بیماریها شود و اطبا
آن را اسباب الستة گویند اول هواست
دوم آنچه بخورد و بیاشامد سوم حرکت

و سکون چهارم خواب و بیداری پنجم
استفراغ و احتباس ششم اعراض نفسانی
چون غم و شادی و خشم و خجالت و مدار کار
تندرستی برین شش چیزست و ما درین کتاب
شرح احوال این شش چیز یاد خواهیم کرد ان شاء الله
فصل دوم در بیان حاجت حیوانات
بهوا آنکه حق تعالی در تن مردم سه عضو
آفرید و هر یکی را از آن اعضا معدن قوتی
طبیعی کرد چون غاذیه و نامیه و مولده و دل
بیافرید و او را معدن حرارت غریزی و قوت
حیوانی کرد و دماغ را بیافرید و او را معدن
قوتهای حاسه کرد و مدبره کرد و هر چند که
این سه عضو رئیس اند لیکن آنچه رئیس مطلق است

دل است از بهر آنکه در اول او پیدا شود و در آخر
او بمیرد و کار همه قوتها بحرارت غریزی ساخته
اند و دل معدن حرارت است از این سبب دل بغایت
گرم است لاجرم او را حاجت آید که هوای سرد
بوی میرسد تا او سوخته نشود و این هوا که
گرد ما در آمده است بقیاس با حرارت غریزی
و دل بغایت سرد است هر وقت که مردم آن را
بنفس بکشد و آن هوا از شش بدل میرسد
خنکی این هوا حرارت غریزی را باعتدال
نگاه دارد و نگذارد تا سوخته شود چون
آن هوا گرم شود و از اعتدال بیرون شود و
سوخته گردد طبیعت آن را بیرون اندازد و هوای
دیگر خنک بجود کشد اینست منفعت نفس کشیدن

و چون این معلوم شد ظاهر گشت که هیچ چیز را
در تن ما اثری نیست که هوا را لاجرم طبیبان را
لازم آید طبع هر هوایی دانستن تا بر اندازهٔ آن
صحت نفس را نگاه دارد و از بیماریها به پرهیزد
فصل سوم در بیان تغیر هوا بسبب
گشتن فصلهای سال بباید دانست که فصل بهار
هر تری و خشکی معتدل است و هم سردی و گرمی
معتدل و با آنکه بهار در غایت اعتدال است
و در وی بیماریها بسیار افتد زیرا که اخلاط
در زمستان در تن فسرده باشد بسبب گرمی هوا
بهار گداخته گردد و در تن روان گردد اگر آن
خلط که در زمستان جمع شده باشد آن خلط سودا وی
بود در وقت بهار مالیخولیا پدید آید و اگر بلغم

بوده باشد صرع وسکته ظاهر گردد علاج
تن را ازان خلطها که در تن جمع شده باشد
پاك باید کرد پیش ازانکه حرارت ضعیف بیماری
ازاد در حرکت آورد و رگ زدن درین فصل
اولیتر بود که در فصلهای دیگر ومضرت جماع
کردن درین فصل هم کمتر باشد وطعامهای لطیف تر
وسبك تر باید خوردن ومعده را ازطعام پر
نباید ساختن وگرمیها وشیرینها کمتر باید خورد
وشراب ناخوردن اولیتر واگر خورده شود
کمتر باید خوردن ومردم گرمی دار را ترشیها
خنك باید خوردن چون شراب غوره وشراب
انار وسکنگبین بکار باید داشت وریاضت
منفعت کند وطعامهای تلخ وشور نباید خوردن

وازعطرها گلاب یا آب شاهسفرغم آمیخته و
مثلثهای معتدل بکار باید داشتن فی الجمله
تن را ازخلطهای زمستانی پاکیزه باید کرد واز
امتلا نگاه باید داشت وچیزها که خلط زمستانی را
تیز کند وعفن گرداند ازوی دور باید کرد
اما فصل تابستان طبع او گرم وخشك است لاجرم
اخلاط را بگدازد وتحلیل کند وقوتها بدین
سبب ضعیف شود ورنگ روی زرد شود
وصفرای بسیار تولد کند زیرا که خلطهای
لطیف تحلیل شده باشد وغلیظ ماند علاج
غذا کمتر باید خورد وریاضت کمتر باید کرد
ومضرت مباشرت درین فصل بسیار بلند
لاجرم کمتر باید کرد وآسایش باید کرد ودر خانه

خنك بايد نشست ويخ وبرك بيد وكلاب
وصندل حاضر بايد كرد داشت واكر كسى را بقى
حاجت باشد درين فصل بايد كرد ومسهل
قوي نه شايد خورد وازشراب كل وآب لبلاب
وآب ميوها وبنفشه وهليله زرد وخيار چنبر
در نشايد كذشت وكتان وكرباس نرم كازر شسته
بتن باز نكيرد وبر بايد پوشيد وشربتهاي
خنك وغذاهاي ترش ودرين فصل بيشتر
بايد خورد وحال پيران وسرد مزاجان درين
فصل بهتر باشد اما فصل خزان خشكي بر طبع او
غالب است زيرا كه بدان اندك سردي كه در هوا
بديد آيد خشكي هوا كمتر شود چون هوا اندك خشك
باشد وازمخالطة بخارها صافي بود لاجرم لطيف

باشد وهرچه لطيف بود زود اثر پذيرد لاجرم
در شبها وبامدادها اندك سرد بود ودر نماز پيشين
اندك كرم بود بدين سبب فصل خزان نامعتدل
بود وسبب ديكر در نامعتدلي فصل خزان اينست كه
تنها بسبب كرماي تابستان ضعيف شده باشد
ومزاج ضعيف اندك اثر پذيرد لاجرم اين بيماريها
در فصل خزان زود ظاهر شود وسبب سوم در
نامعتدلي فصل خزان آنست كه دران فصل
ميوها بسيار بود بدان سبب بيماريها ظاهر شود
علاج از كرمهاي نيم روز وخنكي بامداد
كه حذر بايد كردن وسر پوشيده بايد داشت وجامه
سرما بايد نشايد خفت وبآب سرد غسل
نشايد كرد ومباشرت نيز اندك بايد كرد وبر امتلا

نشاید خفت واخلاط بدان تن دور باید کرد
تا در زمستان فسرده نشود وبعضی مردمان
باشند که ایشان را درین فصل مسهل وقی
نشاید کرد زیرا که بسیار باشد که قی کردن
درین فصل سبب تب شود وغذای گرم وتر
واسفیدبا باید خورد وکوشت فدید وکوشت
صید ونمك سود، وطعام تیز وشور
نباید خورد • ومیوها بسیار نباید خورد
وکسونهای بهاری نباید پوشید واز عطرها
لخلخهٔ معتدل وغالیه بکار دارد وشاه
سفرغم درین فصل زکام تولد کند وشراب
خوردن درین فصل موافق بود که در بهار
ومردم محرور مزاج را شراب ممزوج باید خورد

وازش بنها کلشکر وشراب پودنه وشراب
انار وپودنه بشکر ومفرحهای معتدل
بکار باید داشت **فصل زمستان** طبع او سرد
وترست **علاج** ریاضتهای قوی باید کردن
وطعامها اکر بیشتر خورده شود روا باشد
از برای انکه حرارت از درون قوی بود
اولیتر آن بود که اسفیدباها وقلیه
خشك وقلیه ابكامه وکوشت بریان ومطجنه
وکباب باید خورد ودر دیکها زیره ودارچینی
باید کردن وغذاها که ازوی رطوبت فزای
نشاید خورد • وشراب صرف ورنکین
واعتدال باید خورد • واکر استفراغی
حاجت افتد داروی مسهل خوردن اولیتر

از یتی و رگ زدن بد باشد و از شربتها
دواء المسک و مفرح گرم و معتدل و گل
بشکر و گل انگبین و هلیله پرورده و زنجبیل
پرورده و نوش دارو بکار باید داشت و مردم
کهل را و پیر را و سرد مزاج را بمثرودیطوس
و تریاق فاروق حاجت آید و از عطرها
عود و مثلث مشکین بکار باید داشت
و از اسفرمها مثل ترنج و نرگس و مانند این
بکار باید داشت و کسوتهای گرم باید پوشید
و سبک که تن بازگیرد و گرم دارد و خزها
و پوستینهای روباه و سمور و پنبه نو گرم
و سبک باشد ولیکن چون چند روز بر آید قوت
وی کمتر شود فصل چهارم در شرح حال

تن مردم در هر شهری و جایگاهی حال شهرهای
گرم چون هوای شهری گرم بود و گرما بظاهر
تن مشغول شود و سردی در اندرون تن
گریزد لاجرم حرارت غریزی ایشان ضعیف
باشد بسبب گرمی ظاهر ان مردمان سیاه
پوست باشند و جعد موی و بسبب ضعیفی
حرارت غریزی بد دل باشند و طعام بد گوارند
و مردمان آن شهر زودتر پیر شود حال
شهرهای سرد چون سردی هوا جمع شود بظاهر تن
ایشان حرارت در اندرون گریزد و در اندرون
جمع شود لاجرم حرارت غریزی ایشان
نیک بقوت بود بسبب سردی ظاهر رنگ
ایشان سپید باشد و بسبب قوت حرارت

غریزی در باطن ایشان قوی دل باشند
وهضم طعام شوان نیکو باشد وخون بسیار
متولد شود لاجرم سرخ وسپید باشند وعمر
ایشان دراز باشد وفربه باشند وبندهای
اندامهای ایشان از بسیاری گوشت پید نبود

حال شهرهای نم مردم شهرهای تر نرم پوست
ونیکو رنگ باشند ودر کارها زود سست
شوند ونازک باشند وتابستان وزمستان
معتدل باشند وبیماریهای بلغمی بسیار بود

حال شهرهای خشک مردمان شهرها درشت
پوست باشند وخشک مزاج وتابستان ایشان
نیک گرم بود وزمستان ایشان نیک
سرد بود وکسانی را که بیماریهای بلغمی

سود دارد حال شهرها که زمین ایشان
بلند بود سودمند بود بسبب بلندی که
پیوسته بادهای مختلف بوی رسد ودران
شهر هیچ عفونت تولد نکند لاجرم آن مردمان
تن درست ودراز عمر بودند وقوی دل

حال شهرها که در نشیب سودمند باشد
زیرا که بادهای مختلف دراندرون
اینچنین شهر کمتر رسد لاجرم عفونت دران
هوا ظاهر شود وبیماریها بسیار **مسکنهای
که بر سنگ بود** سنگ در تابستان نیک گرم
شود ودر زمستان نیک سرد ومردمان
آن سخت اندام وسخت گوشت وبسیار موی
باشند وبسبب غلبه خشکی بدخوی ومتکبر

باشند وجلد وچلت جوي وخيال أيشان
بسبب يبوست درغايت قوت بود لاجرم
صناعتهاي خوب كنند مسكن كارد ويا
اينچنين شهرها بسبب تري هوا نه گرماي قوي
ونه سرماي قوي بس اگر دريا سوي شمال
باشد خود سرد بود بس چون باد بر دريا
گذشته باشد سردي وهر آينه زياده شده
باشد واگر دريا سوي جنوب خود ما بد غليظ
تر شود چون بروي بگذرد واگر دريا سوي
مشرق بود تري هوا زيادت باشد زيرا كه
آفتاب بر دريا تابد وبخار برانگيزد واگر دريا
سوي مغرب باشد اين تري هوا اندكتر
باشد فصل پنجم درشرح هواي نيك

وهواي معتدل بهتر آن باشد كه هر فصلي
از فصلهاي سال بر طبع اصلي خود باشد
وهواي صافي بود يعني هيچ چيز غريب
باوي آميخته نباشد چون بخار دردريا ها
وابدانها وخندقها وبيشها وزمينها زآبند
وبخار پاليزها چون كرنب وسير وباقلي
وماننده آن وبوي آهك وبوي گلخنها ودودها
وعفونتها وگردها ودرميان درختان
انبوه وديوارها وسقفهاي بسيار وبلند
نباشد ونزديك درختان چون درخت
جوز وانجير وبيد انجير وسوي شمال او گشاده
باشد وزمين او بلند باشد اين هوا نيك
باشد وسبب تندرستي وهوا غليظ

چنان بود که مردم بد شوند مردم بنوا نخد
زدن آن هوا بد باشد و زمینی که مغاك
باشد و تا آفتاب بلند نشود دران موضع
نتابد آن زمین نیك نباشد اما اگر دفعی
هوا بد شود و بدی در هوا پدید آید هوای
درمیان دیوارها و عمارتها کهنه باشد
بهتر باشد از هوای گشاده و چون مردم در
شهری مقام کند که آن هوا بد باشد باید که
نهاد آن خانه بلند کند نیك و در سوی مشرق
سازند و روزنها فراخ کنند بعضی از سوی
مشرق و بعضی از سوی شمال و چنان سازند که
بامداد که آفتاب برآید تمام در خانه تابد تا هوا را
لطیف کند والله اعلم واحکم مقاله سوم در شرح

مضرت هوای مختلف و علاج هر یك
بر سبیل تفصیل • واین مقالت
شش فصل است فصل اول در مضرت هوای
گرم هوای گرم دل را گرم گرداند و مسام پوست
گشاده کند در اول و انگاه مسام بسته گردد
و صفرا زیادت کند و چون خون گرم گردد
و صفرا زیادت شود بخار انها بدماغ برآید
و درد سر پدید آید و تبهای نیز ظاهر گردد
علاج این کس باید که روی را بگلاب سرد
بشوید یا باب سرد اگر حاجت بیشتر بود
همه تن باب خوش بشوید و عطرهای خنك
ببوید چون صندل و گلاب و ضمادی
از برگ خرفه و صندل و اب گل واندکی

کافور بر دل نهد و شربتهای خنک خورد
و غذاهای خنک چون مزوری که از آب
غوره سازند یا از بنفشه یا از زرشک و بعد ازان
بنگرند تا خلطها در حرکت آمده است یا نه
و نشان حرکت اخلاط آنست که در تن درد
یابد چنانکه هر ساعت آن درد از موضعی
بموضعی میرود و در حرکت کردن فتور یابد
و اگر خلط صفراوی در حرکت باشد نشان
آن بود که در دماغ آوازها پدید آید
و تاریکی چشم و صداع و آغاز صداع
از پس سر باشد علاج مسهل سبک بکار
باید داشت چون شیرخشت و خیارشنبر
و خرمای هندی و دوغ سرد و فقاع سرد

زش نافع بود فصل دوم در مضرت هوای
سرد که سرما سخت یابد یا در تن اخلاطی
فضلی بسیار بود چون سرمای سخت بروی
رسد حرارت غریزی در اندرون تن گرد
و مسام ظاهر تن بسته شود بدین سبب
عفونتی در خلطها فضلی پدید آید و اگر تن
پاکیزه بود از خلطهای فضلی چون سرمای
سخت بوی رسد آن سردی در اندرون تن
شود و حرارت غریزی را فرو نشاند و ضعیف
گرداند و چون تدارک نکنند حرارت غریزی
ضعیف شود و رطوبت اعضای اصلی ضعیف
عفن شود زیرا که نگاه دارنده رطوبت اصلی
از عفونت حرارت غریزی است علاج

آن عضوهاي ظاهر كه سرما بوي رسيده باشد
اورا بايد شستن باب نيم گرم كه دروي چيزهاء
ملين ومفتح پخته باشد چون اكليل الملك
وبابونه وشبت واسپوس تا مسام گشاده
شود ودر اول كار روغن نبايد ماليد زيرا كه
ماليدن روغن مسام را بسته كند واما
نگاه داشتن دل واندرون شكم از سرما
نافع باشد شراب صرف قوي كهن ومعجونهاء
گرم وسير خاصيتي عظيم دارد زيرا كه او مقوي
حرارت غريزي است وچون سرما يافته شود
چرب وگوشتابه كه دروي بلبل ودارچيني
وسير كرده باشند نافع باشد فصل سوم
در انچه از بوي ناخوش شنيدن رنجه دارد

روغن گل وروغن بنفشه وروغن نيلوفر
در بيني بايد چكانيدن وبر سر نهادن اگر
آن بوي ناخوش از چيزها خشك باشد واگر
از چيزها تر بود علاج آن بعطرهاء
گرم بايد كردن چون بوي عود ومشك
وزعفران وآب گرم بر سر ريختن واگر كسي را
سر درد خيزد از بوي انگشت صندل
وكافور بوي كردن نافع بود وپوست نار
وآبي سوختن بر آتش هر كدام كه باشد
بوي كردن دود نافع بود پس اگر صداع
سخت شود آب نيم گرم بر سر بايد ريخت
وتكليف خواب بايد كردن وبا آب نيم گرم
استنشاق بايد كردن واگر اين حالت كسي را

افتد که از طعام ممتلی بود احتراز باید کرد
از طعام فصل چهارم در آنکه بوی خوش
باید رنجور شود بباید دانستن که همه
بویهای خوش نافع باشد دل را و دماغ را
لیکن باشد که بسبب زیادتی گرمی یا سردی
یا خشکی یا تری این رنجه بدید آمده است
علاج هر یک بضد آن باید کردن مشک
گرم است و کافور سرد و هر یک علاج آن
دیگرست علاج عود و زعفران کافور است
علاج صندل مشک راست هرگاه که اثر
خشک ظاهر شود در ترطیب باید کوشیدن
چون بنفشه و نیلوفر و بروغنهای خشک
استنشاق کردن و اگر از بوی گل این زکام

ظاهر شود آب نیم گرم بر سر باید ریخت
و بنفشه و نیلوفر بوییدن و اندک مایه
پرهیز کردن تا رنج دفع شود فصل
پنجم در منفعت و مضرت عطرهای
مشک گرم و خشک است بدرجه سوم و
لطیف کننده است مر دماغ را و دل را
قوت بسیار دهد و خداوند غشی را سود
دارد و مردم محرور را درد سر آرد بغایت
زیان دارد کافور سرد و خشک است
بدرجه دوم خون آمدن از بینی باز دارد
خاصه که با آب مورد در بینی چکانند
و معده را قوت دهد و مردیرا زیان
دارد و خداوند دل و دماغ گرم را سخت

سود دارد وپیوسته بکار داشتن بجوانی
آرد عود گرم وخشکست بدرجه سوم
در وی قبض است واسهال که از سردی
بود باز دارد وهمه احشا را قوت دهد
خاصه معده را ورطوبتهای عفن را معده
بیرون برد وبادها را بشکند ودرد
پهلو را زایل کند ودل ودماغ وجگر
سرد را سود دارد عنبر گرم وخشک است
بدرجه دوم ولطیف است سود دارد وبیما
ریهای سرد دماغی وپیران را منفعت
کند صندل سرد وخشک است بدرجه
دوم ضعیفی معده را ودرد سر گرم را
وآماسهای گرم را سود دارد صندل

سرخ سردتر است از سپید لادن گرم است
بدرجه دوم وخشک است بدرجه اول
لطیف است ومحلل ومنضج موی را قوت
کند وریشها را برویاند فصل ششم
در اسپرغمها کل مرکب است از چند
گوهر قابض است وتلخ است وسردی و
خشکی وغلبه دارد وبویا ودماغ گرم را
سود دارد ودرد سر که از خون وصفرا
باشد زایل کند وخداوند دماغ گرم وتر را
عطسه آرد ومعده وجگر را سود دارد
واگر با مورد بپزند ریشهای مقعد را
سود دارد بنفشه سرد است بدرجه اول
وتر است بدرجه دوم آماسهای گرم را

بگشاید و سینه را نرم کند و سرفه و درد
سر گرم و خشک را سود دارد و سوزش
چشم را و سوزش معده را زایل کند
و شراب و ذات الجنب را و ذات الریه را
و گرده را و سوزش بول را سود دارد
نیلوفر همچون بنفشه است بوی او و خوردن او
قوت مردی را زیان دارد و آب پشت را
کمتر کند خاصه بیخ او و تخم او نرگس
معتدل است بوی او مغز را سود دارد
و روغن او عصبها را قوت دهد بیخ او
جراحتها برویاند و عصبهای گسسته را
بهم پیوندد و اگر پیاز او یکی یا دو خورند
قی آرد و اگر داء الثعلب بدو مالند موی

برویاند نسترن نوعی از گل است بپارسی
نسترن گویند و لطیفست میل بگرمی دارد
حیض بسته را بگشاید و آماسها و دردهای
چشم را سود دارد و اگر بخورند اسهال
کند و اگر از وی گلشکر سازند لطیف بود
و معده را سخت نیکوست و مسهلی موافق
بود نمام گرم و خشک است بدرجه
سوم و لطیف است و محلل است قراقر را
و پیچیدن شکم را زایل کند و حیض بسته را
بگشاید و ادرار بول کند سوسن سپید
گرم و خشک است بدرجه دوم برگ او تر بر
پزند و بر آماسهای بلغمی نهند تحلیل کند
و بیخ او بسایند و بر سوختگی آتش کنند

سود دارد و کرو بهق را وریشهای سر را
سود دارد گل او بروغن بپزند و عصبها را
قوت دهند سوسن آسمان گون را ایرسا گویند
بیخ او از بیخ سوسن سپید گرم ترست و لطیف تر
حیض بسته بگشاید و کوفتگی عضله را سود
دارد و ششرا از ریم و خلط بد پاک کند
و مر خداوند اختلاج و سرگشتن و لرزیدنرا
سود دارد و درد پهلو را سود دارد یاسمین
لطیفست بگرمی و خشکی میل دارد و
دماغ تررا و عصبها را سود دارد و اگر بکوبند
و بر کلف بر مالند کلف را زایل کند
مسورد مرکبست از چند گوهر
وقوت هر گوهری مخالف دیگرست قابضاست

واندروی رطوبتیست لطیف و گرمیی
وخشکی اندکست و سردی و خشکی غلبه
دارد ورد دماغ را قوی کند و تخم او
گرم و ترست از برگ او و اسهال خون باز
دارد و معده را و جمله احشام را زیان
دارد سرو گرم و خشک بدرجه سوم
رطوبتها را بگدازد مقالت چهارم
در شرابها باید دانستن که مشروبات
سه قسم است آب و شراب مست کننده
و دیگر شربتها لاجرم این مقالت بر سه
بخش قسمت کرده شد بخش اول در شرح صفات
آبها و در بخش دوم فصل است فصل اول
در منفعتهای آب خوردن حاجتمندی

مردم باب خوردن از براي پنج منفعت است
نه از ان جهت که آب غذا دهد از بهر انکه
جسمی بسیط است وجسم بسیط غذا ندهد
لیکن از منفعتهاي آب یکي آنست که حرارت
غریزی که در تن مردم است پیوسته رطوبات
تن کم میکند وهمچنین حرارتهاي که بسبب
حرکتهاي سخت حاصل شود همچنان رطوبات
تن کم میشود لاجرم مردم را باب خوردن
حاجت افتد تا رطوبت آب بجاي آن رطوبتها
می ایستد منفعت دوم آنست که آب در معده
با طعام آمیخته شود قوام طعام بسبب آمیختگی
آب باوي تنك شود وبدان سبب در رگها
تنك وباریك درگذرد وبجمله اندامها برسد

منفعت سوم آنست که چون حرارت غریزی
در غذاي عمل کند اگر آب با غذا آمیخته نبود
باشد که حرارت غریزی از غذاي رطوبت کم
کند وبدان سبب غذا سوخته شود وعفونت
پذیرد وفاسد گردد منفعت چهارم آنست که
بود که آب خوردن بجاي علاج قوي ایستد
چنانکه جالینوس حکایت کند که مردي
بود که او را تب غب خالصه واعضاي غذا
او قوي حال بود او را مقدار دو من آب
یخ بدادند در حال مزاج او بصلاح باز آمد
وتبدیل پذیرفت منفعت پنجم آنست که
چون مردم آب سرد بخورد سردي اجزاء آب
باندرون تن گریزاند وآن حرارت بسبب جمع

شدن قوت گیرد و بر هضم کردن غذا یاری
دهد فصل دوم در اقسام آبها بدانکه آبها
دو گونه است یکی آنست که کیفیتهای
غریب باوی آمیخته نباشد وآن خوش و
صافی بود ودوم آنست که کیفیتهای
غریب باوی آمیخته بود اما آبهای خوش
وصافی راهشت نشانه است نشان اول آنک
نیك صافی وروشن بود زیرا که چون
آب برین صفت بود دلیل کند که هیچ جسم
ارضی غلیظ باوی نیست نشان دوم
از وی هیچ طعم وبوی ظاهر نشود زیرا که چون
آب چنین بود دلیل کند که همچنانکه هیچ
چیز باوی نبود . در پیشتر زیرا که اگر چیزی

باوی آمیخته بودی از بوی آن چیز یا از طعم
آن چیز درین آب اثری باقی مانده بودی
نشان سوم آنست که نیك سبك بود وآن
بدان معلوم شود که کهنه ترازو از کی
پر کنند برآن آب بریزند واز آبی دیگر پر
کنند وبر سنجد هر کدام که وزن آن گران
تر بود آن غلیظ تر بود زیرا که گرانی او
خاصیت خاك است نشان چهارم آنست که
هر آب که در گرما زودتر گرم شود آن آب
لطیف تر بود وسبك تر بود زیرا که هر چیز که
گرمی زودتر پذیرد وی بشبهت لطیف تر
وسبك تر بود نشان پنجم آنست که هر آن
آب که خوردن آن خوشتر بود واز وی

هیچ گرانی در معده محسوس نشود و لطیف تر
بود زیرا که گرانی او بر معده از برای آن بود که
بر رگها اندر نرود و نگذرد و آن از روی غلظت
بود نشان ششم آنست که او را ببینند و بیشتر
آبهای بد پزند بسبب پختن بصلاح باز آید
زیرا که همه آبها را چون گرم کنند لطیف تر
شود واجزای ارضی ازوی جدا شود
و رسوب کند و اگر آب را در وقت پختن
پارهای پنبه تازه یا پشم پاکیزه در
افکنند پس بفشارند سخت نیکو بود
طریق دیگر که آب را مصعد کنند و بچکانند
همچنانکه گلاب را از گل جدا کنند سخت نیکو
باشد

فصل چهارم

در اقسام آبها بدانکه آبها دو گونه است یکی آنکه
از هوا فرود آید دوم آنکه از زمین برون
آید قسم اول آن آبها که بارانی بود بباید
دانست که آبهای بارانی از آن آبهایی که
از زمین بر آید لطیف تر بود و ما در این
بحثها داریم بحث اول آنست که غلیظی
آب جوی بسبب آمیختگی خاک بود و باران
هرگز بر زمین نشده است و هیچ کیفیت
بر هیچ وجه از زمین پذیرفته است باید که
آب باران از همه آبها لطیف تر بود بحث
دوم آنست که قطرهای باران در وقت
فرود آمدن حرکتهای عنیف کرده است
و حرکت سبب گرمی بود و گرمی سبب

لطافت بود و چون این اصل معلوم شد
گوییم که ما را درین باب مسئله هست گویم
باران زمستان بهتر و صافی تر از باران
تابستان است از برای چهار سبب سبب اول
آنست که در زمستان تبش آفتاب ضعیف بود
لاجرم بخارهای غلیظ نتواند کشید
امّا در تابستان حرارت قوی باشد لاجرم
هم بخار لطیف و هم کثیف غلیظ جذب کند
سبب دوم آنست که بخارها که در وقت
زمستان از زمین برخیزد و در وی اجزا
بخار و غبار کمتر بود زیرا که دخان در وقت
گرمی هوا بود و غبار در وقت خشکی
هوا بود امّا در تابستان بسبب گرمی

و خشکی هوا دخان بود و هم غبار بود
و هم گرد و با بخار آمیخته باشد سبب سوم
آنست که سبب عفونت تاثیر حرارت غریب
در رطوبت باشد پس حرارت هوا چون تا
در رطوبت باران عمل کند خالی نباشد
از اندک عفونتی امّا در زمستان هوا
نیك سرد بود و هیچ عفونت دران باران
نباشد لاجرم صافی تر بود سبب چهارم آنست که
باران تابستانی کاریست برخلاف طبیعت
و بر باران زمستانی کاریست بر موافقت
طبیعت و هر کار که بر موافقت طبیعت بود
فاضل تر بود از آنکه برخلاف طبیعت بود
پس معلوم شد که باران زمستانی از باران

تابستانی بسیاری فاضل تر بود اما باران
بهاری و نیز ماهی میانه بود و بهاری بهتر بود
مسئله چرا باران که با رعد و برق بود
لطیف تر بود جواب زیرا که رعد و برق
از غایت مصادمت و مصاکت اجزای ابر
باشد و آن مصادمت هرآینه با خاک و گرد
آمیخته بود آن باران لطیف نباشد مسئله
آب باران اگرچه لطیف تر از همه آبها باشد
لیکن زود متعفن گردد و متغیر شود
زیرا که هرچه لطیف تر تغیر پذیرفتن او
زودتر بود اما قسم دوم از آبها و این آبی
بود که از زمین برآید و بدانکه آبها از دو گونه
است یکی آبهای رونده و دیگر آبهای ایستاده

و آبهای رونده فاضل تر بود از آبهای ایستاده
زیرا که آبهای رونده بسبب حرکت لطیف
باشد و آبهای رونده هر دو گونه است یکی
آنکه از چشمها روان گردد دوم آنکه از
گداختن برفها و یخها روان شود و چون
این اصل معلوم شد گوییم که چند مسئله از
از تفاریع این اصل این مسئله اول آنست که
آب که از چشمها روان شود فاضل تر باشد
از آنکه از گداختن یخها و برفها روان شود
از برای سه سبب سبب اول آنست که چشمها
از بخارهای لطیف پدید آید که از قعر زمین
بسبب حرارت باطن بظاهر زمین آید
و هرآینه آن بخارها که از قعر زمین بظاهر

زمین آید سخت لطیف شده باشد بسبب حرکت
بسیار اما بخار برفها لابد بد بود که اجزاء
هوا با وی آمیخته باشد در وقت فسردگی و آن
بسبب آن سپید نماید زیرا که آب خالص را
رنگ سپید نبود و چون هوا با وی آمیخته
شود سپید نماید پس معلوم شد که یخ و برف
آب خالص نیست بلکه اجزای هوا و غبار در
با وی آمیخته است و هرچه مرکب بود عفونت
پذیرنده بود وازین سخن معلوم شد که
آبی که از گذارش یخ و برف بدید آید در غایت
لطافت نبود سبب دوم آنست که آب چشمها
پیوسته در حرکت بوده است و هر که حرکت او
بیشتر لطافت او بیشتر بود سبب سوم

آنست که دران وقت که یخ بوده باشد
در غایت سردی بوده باشد و دور نبود که
همچنان که طبیعت آب موجب سردی بود
کیفیت سردی او هم موجب زیادت سردی
باشد لاجرم سردی یخ در غایت کمال باشد
اما آب چشمها بسبب حرکت در لطافت
و گرمی بوده است پس پیدا شد که آب چشمهای
روان از آب یخها و برفها فاضلتر باشد و نیکوتر
مسئله بدانکه فضیلت آب چشمها را
شش سبب بود سبب اول آنست که هر آبی که
منبع او دورتر بود آن آب لطیف تر بود
زیرا که زیادتی حرکت سبب زیادتی لطافت
بود سبب سوم آنست که راه گذر او پاکیزه

باشد از همه کیفیتهای ناموافق وقوی کفند که
اگر راهگذار او بر سنگ بود بهتر باشد از آنکه
بر گل واین سخن نیکوست زیرا که سنگ سخت
باشد واجزای غلیظ که با آب آمیخته بود نشف
کند اما چون راه گذرش بر خاک خالص بود
آن خاک اجزای غلیظ که با آب آمیخته باشد
نشف کند لاجرم بدان سبب آب لطیف تر شود
سبب سوم آنست که آب بزرگ بود تا از بزرگی
وبسیاری چیز که با وی آمیخته شود
اورا از طبع خود نتواند گردانیدن سبب چهارم
آنست که روی سوی مشرق دارد یا سوی
شمال تا بسبب لطافت این هر دو جانب لطافت
آب را زیادت کند سبب پنجم آنست که سر گشاده

شود تا آفتاب در او اثر میکند وبسبب تاثیر
آفتاب لطافت او زیادت میشود وبسبب
بادها که بر روی می جهد صفای او زیاده
میشود سبب ششم آنست که با این همه صفات
از جای بلند فرود آید تا بسبب آن حرکت
فرود آمدن لطیف تر شود وچون جمله فضیلت
آب روشن است پس معلوم شد که هر آبی که
این فضیلتها در وی بیشتر بود فاضلتر بود
وبباید دانست که آب کاریز بقیاس با آب صحرایی
بد باشد زیرا که آب کاریز متواری میشود
از بخارهای اندک غلیظ که در زیر زمین
بوده است وقوت آن نداشته که از زمین
برآید لاجرم بد باشد که اندک عفونت در وی

راه یافته باشد اما آب چشمها از مادّهای
متولّد میشود که بسیار باشد وبقوّت خود
زمین را بشکافته باشد بر هر آینه آب کاریزها
بقیاس یا آب چشمهای صحرائی بد باشد
اما آبهای ایستاده بهترین آن باشد که
بسیار باشد وآفتاب دروی تابد زیرا که
اگر اندک بود بسبب اندکی زود متغیّر
شود واگر آفتاب دروی تابد بسبب تابش
آفتاب دروی زود ره یابد وبباید دانستن که
آبهای ایستاده بر سه قسم است قسم اوّل آب
چاهست واو اگرچه رونده نیست لیکن مادّه
او بسیارست قسم دوم آن آبهاست که از
زمین بر آید وکزانه آب گویند وآن آب

از آب کاریز وچاه بدترست وآب چاه وکاریز
بدان سبب بهترست که هر ساعت که از ان چیزی
خرج شود تازه بیرون آید وبدین سبب حرکت
او پیوسته باشد وآب زه را حرکت بدشواری
بود وبا زمین آمیخته بود وتا زمین عفن بود
آب از زمین نتراود قسم سوم آن آبهاست که
درمیان درختان ونیستان ایستاده بود
خاصه که آفتاب بروی نتافته بود سخت بد
باشد زیرا که لطیف او تحلیل پذیرفته بود
وکثیف باقی مانده بسبب آمیختگی چیزها که
با وی آمیخته شده است وبسبب قوت آفتاب
از آن آمیختگی طعمهای غریب حاصل شده
وعفونت پدید آمده شنیده شد که امام اسمعیل

رحمة الله علیه میگوید که این چنین
آبها سپرز بزرگ کند وجگر ضعیف کند
وهمه احشارا زیان کند ودست وپای
وگردن ودوشها را باریك کند وتشنگی
فزاید وباشد که استسقا آرد وباشد که
ذات الریه وزلق الامعا ودیوانگی وبواسیر
ودوالی آرد کودکان را خایه بزرگ کند وهم
ریش که بدید آید نیك نشود وتب چهارم
آرد فصل پنجم در بسیاری آب
خوردن بدانکه در آب خوردن سه مضرت
بزرگ است مضرت اول آنست که آب سرد
ترشت بس وحرارت غریزی را ضعیف کند
وچون همه قوتها که تدبیر تن میکند بواسطه

حرارت غریزی میکند چون حرارت غریزی
ضعیف شود قوت جاذبه جذب غذا بواجبی
نتواند کرد وقوت هاضمه هضم صالح نتواند
کرد ودافعه دفع ثقلها نتواند کردن وقوت
حس وحرکت را نقصان ظاهر شود وخلل در
تن بدید آید مضرت دوم آنست که آب چون
با طعام آمیخته شود ودر رگهای ماساریقا
بجگر رسد قوت ممیزه که در جگر بود آن
ابها را بتمامت از غذا جدا نتواند کردن بس
آن آبهای زیادتی با غذا آمیخته اگر در میان
پوست شکم وغشای زیرین بماند استسقای
زقی بدید آید اگر همچنان با خون بجمله
عضوها رسد استسقای لحمی بدید آید وچون

گرده تمیز نتواند کردن بتمامت گرده ضعیف
شود وادرار البول پدید آید مضرت سوم
آنست که چون آب بسیار خورده شود طعام را
پیش از قوت هضم بجگر رساند و در رگها
تنفید کند پس طعام نامهضوم ماند درون رگها
رود مایهٔ بلغمی مستحکم گردد علاج خواجه
ابو علي میگوید که اندکی از معجون مثرودیطوس
یا معجون اثاناسیا بکار برد و غذا از چیزی
سازد که تشنگی نیارد چون شوربای
اسفاناخ و بقوت آب خوردن شراب لطیف
فصل ششم اندر مضرت آب سرد آب سرد
خوردن در شش موضع روا نیست موضع اول
بر معده تهی آب سرد خوردن روا نیست

زیرا که معده را ضعیف کند و تشنج اعضا
پدید آرد و تب لرزه بر مردم افتد و دندانها
و عصبها را زیان دارد و دماغ را نیک
ضعیف کند و جمله بیماریهای دماغی ظاهر
گردد و زکام و نزله قوی پدید آید از برای
دو سبب یکی آنکه میان معده و دماغ مشا رکنست
بواسطهٔ عصبی بزرگ دوم آنکه حرارت
معده در رطوبت آب عمل کند بخاری
سرد غلیظ از معده و بدماغ برفرستد و
همچنین جگر را سرد کند و ضعیف گرداند
و سخت زود بود که باستسقا انجامد والله
سید اسماعیل گوید اگر کسی را صبر از آب
خوردن بر معده تهی نباشد سخت باید که

شراب با آب سرد بیامیزد و بخورد و اگر فصل
زمستان باشد باید که با آب گرم بیامیزد
علاج آنست که از پس آب قدری شراب کهن
صرف بکار برد از پس آن نان خشک و کاک
و چیزهائی که تری آب نشف کند بخورد
تا تری آب را از آنکه بگذرد بازدارد موضع دوم
آنست که همچنانکه آب خوردن بر معده تهی
روا نیست از پس طعام هم بزودی روا نیست
از برای چهار سبب سبب اول آنست که چون
مردم طعام خورد معده گرد آن طعام درآید
چنانکه هیچ گشادگی نماند میان طعام و معده
بدین سبب آن طعام را هضم کند چون آب
خورده شود و آن آب گرد طعام درآید

و جدا کند سطح معده را از سطح طعام لاجرم
هضم بواجب نکند سبب دوم آنست که نیمه
زیرین معده دو طبقه است طبقه بیرونی
از گوشت است و بالای معده از عصب است
چون آب خورده شود طعام از قعر معده
ببالای معده برآید چون بالای معده
از عصب است و سرد است لاجرم هضم تمام
حاصل نشود سبب سوم آنست که اصلاح
غذا را قوت می باید کردن و عمل قوت
هاضمه بواسطهٔ حرارت بود چون آب
سرد خورده شود حرارت ضعیف گردد
و هضم فاسد شود سبب چهارم آنست که چون
آب خورده شود طعام را رقیق و مهضوم

بجگر ورگها برساند وسبب درد معده وجگر
شود واولیتر آن بود که هم درزی آب نخورد
یا بر سبیل مصّ آبهاء زیادتی را باد را حد
کند وبعد ازان قدری شراب صرف با کبین
بخورد تا از سردی آب خلاص یابد واگر اندکی
تخم کرفس یا بید بکار برند نیك باشد واگر در معده
یا جگر دردی باشد معجون کمونی بکار دارند
موضع سوم آب سرد خوردن از پس مباشرت
کردن یا ریاضت سخت روا نیست زیرا که درین
وقت مسام گشاده شود موضع چهارم اگر تشنگی
در شب غلبه کند آب خوردن روا نیست
زیرا که حرارت غریزی بشب در اندرون
رفته بود واعضای رئیسه گرم شده ومسام

گشاده گشته پس آب خوردن روا نبود پس
بران تشنگی بخسبد ظاهر آن بود که طبیعت
آن ماده را که تشنگی آرد تحلیل کند اما اگر
مخمور بود وتشنگی از خمار حاصل شده باشد
واگر طعام شور یا تیز خورده بود بمقدار
تسکین تشنگی آب خوردن روا بود موضع پنجم
از پس طعام گرم آب سرد خوردن زیان دارد
اندکی صبر باید کردن واگر چاره نبود آب را
اندکی در دهان باید داشتن پس فرو بردن
موضع ششم مرطوب را صبر کردن بر تشنگی
سود دارد ومحرور را زیان دارد پس پیدا
شد که آب سرد باعتدال خوردن نافع بود
ومعده محرور را سخت موافق بود هم معده را

قوي كند وطعام را بگوارد وبخارها ازوی
سر باز دارد ونگذارد كه خون تباه شود وعفونت را
دفع كند اما اگر مردم بيمار را خواهند كه
خلطی پخته شود آب سرد خوردن زيان دارد
ودر بيماريهای گرم سود دارد اما آب سخت
سرد همه كس را در همه موضع زيان دارد خاصه
كسانی را كه در آلات شكم ايشان اماسی یا زخمی
باشد وحرارت غريزی را بكشد وهمه قوتها
ضعيف كند ومضرت او در دماغ وعصب
ظاهرتر شود **فصل هفتم** در آبهای
سرد كرده به يخ وبرف بهترين يخها آن بود كه
از آبهای صافی متولد شود بطبع خود بسته
شود چنانكه يخ جيحون وچون يخ صافی بود

خواه اورا در آب نهند وخواه كوزهٔ آب در وی
سرد كنند هيچ تفاوت نبود وبهترين برفها
آن بود كه بر سنگها بود وبر زمينهای سخت
پاكيزه وبا اين همه شرطها آب يخ زيان كار بود
كسی را كه معدهٔ او ضعيف بود واحشای
ضعيف بود **فصل هشتم** در آبهای متغير
واين بر سه قسم است قسم اول آب گرم كرده
بر آتش اگر نيم گرم باشد منش كشتن آرد و
معده را ضعيف كند واگر گرم تر باشد باد
سپرز بشكند وباشد كه قولنج بگشايد ونيز را
ودرد چشم را وريش بن دندانها واما س
بن گوش ونزله را وبيماريهای سينه را سود دارد
وادرار كند وحيض بياورد ودردها را

بشکند قسم دوم هر آب که در کردابهای
ایستاد باشد و آفتاب در روی تافته و متغیر
گشته سخت زیان کار بود از برای سه سبب
سبب اول آنکه طعام را لطیف نتواند کردن
و از فم معده فرو نتواند بردن لاجرم هر
ساعت تشنگی زیادت شود سبب دوم
آنست که اینچنین آب اجزای ارضی آمیخته
بود و بدان سبب بلغم زجاجی متولد شود
و بود که بلغم با سودا آمیخته شود و بیماریها
سرد بدید آید و بواسیر هم تولد کند سبب
سوم آنست که بسبب عفونتی که دروی
بود قوت را ضعیف کند قسم سوم آبهای
معدنی است اما آن آب که از معدن زر بیرون

آید از همه آبها بهتر بود و آب معدن نقره
بوی نزدیک است اما آب معدن آهن همه
احشا را سود دارد خاصه معده را و گرده را
و قوت مردی زیادت کند و سپرز را بگدازد
و معدن مس بمعدن آهن نزدیک است
کام و دهان چون رطوبت غالب شود سود
دارد و همچنین چشم را که رطوبت غلبه کرده
بود و گوش را که از وی تری آید سود دارد
ولیکن خاصیت او در بدی آنست که تاریکی
چشم آرد و گرانی گوش و آوازها در سر پدید
آید علاج شربتهای خنک خوردن
در وی قبض بود و طعامها چرب و توانا
پرورده و آب غوره در چشم کشیدن

و روغن خیری در گوش چکانیدن اما آب
معدن گوگرد بهق را و برص را و اماس بلغمی را
و نقرس بلغمی را و گندنه که بتازی ثالول
و ثؤلول گویند و درد عصبها و فالج را و لرزیدن را
و ریش سر را و دشواری آب تاختن را
و درد رحم را سود دارد خاصه که اندرو
نشینند و محرور مزاج را زیان دارد زیرا که
رطوبتهایی که در تن ایشان باشد بسوزد و
عفن گرداند و از جمله مضرتهای این آب یرقان
است و خارش خشک و تب غب و تب مطبقه
و صداع خشک آرد و درد چشم و زلهای
تن و لاغری اندام علاج آنست که این آب را
در شیشه گلاب گیران بچکانند تا بصلاح باز آید

و اگر اندکی سرکه با وی بیامیزند و اندکی گل ارمنی
و گل مختوم در وی اندازند هم بصلاح باز آید
اما اگر همچنان خورده شود علاج او آنست که
با شراب بنفشه بیامیزند تا مضرت او کم
شود و سکنجبین شکری و شراب به و شراب
سیب بیامیزند همه نافع بود و غذاهای چرب
نافع بود اما آب معدن زاک و نفط مرطوبان را
موافق بود و محروران را زیان دارد و آب معدن
زاک و شب خون از گلو بر آمدن را سود دارد
و بسیار آمدن حیض را باز دارد و طبع را
خشک کند و باشد که از وی قولنج تولد کند
و زنانی که بچه افکنند بچه ایشان در شکم
نگاه دارد ولیکن طبیعت را بسته کند و آواز

درشت کرداند وحبس البول بدید آرد علاج او
آنست که طعامهای چرب خورند و روغن زیت
یا روغن بادام اندك اندك بندزنج وشراب
بنفشه وشراب آلو نافع باشد وبعد احسوی از
نخاله وشکر وروغن بادام اما آب زرنیخ سخت
بد باشد وازوی احتراز باید کردن اما آب
دریا سود دارد وبیماریهای عصبی را چون
چون فالج ورعشه ونقرس وکزو قوبا ودرد
سرکه از سردی بود واستسقا را سود دارد
وگزیدن افعی را وجمله حشرات لیکن دماغ را
بد باشد واخلاط را برآورد بدین سبب
سر برآب دریا نشاید بردن فصل نهم
اندر طعامهای آب شور آب شور باسرکه و

سکنجبین باید خوردن و دیگر چیزها قابض
چون مورد دانه وخرنوب وزعرور را اندروی
افکند تا مضرتش را دفع کند وآب تلخ را
با چیزهای چرب وشیرین باید خوردن
وآب غلیظ را از پختن نیك توان کردن واگر
با شراب خورند لطیف کند وتباهی او ببرد وآب
زالك را با چیزی باید خوردن که طبع را نرم
دارد وبا آب ایستاده هیچ غذای گرم نشاید
خوردن ومیوهای خشك باید خوردن بطبع
چون آبی وریواج وشراب مورد ومانند آن
میوها وتریاق همه آبهای مختلف بیارست
خامیه که بسرکه پرورده باشند بخش دوم در شراب
فصل اول در منافع شراب بدانکه اگرچه شراب

حرامست در شرع لیکن طبیب را از دانستن مضرت
ومنفعت آن گزیر بنود بباید دانستن که منفعت
مردم در شراب خوردن دو قسم است یکی آنکه
تعلق بصفای روح دارد دوم آنکه تعلق بقوت
تن دارد اما انچه تعلق بصفای روح دارد
از سه نوعست نوع اول آنست که آدمی را قوتیست که
از ان قوت مفکره گویند و بدانکه بدان قوت
پیوسته در کارهای گذشته رود وان کارهای
آینده اندیشه کند و بسبب اندیشه کردن در گذشته
غم بسیار حاصل میشود که چرا آن کارها بر وفق
مراد نیامد و بسبب اندیشه کردن در کارهای
آینده تشویشی در خاطر می آید که مرا فلان کار
می باید کرد تا بفلان مقصود رسم و فلان کار

نباید کرد تا از فلان بلا خلاص یابم و معلوم است که
اغراض و مرادات آدمی را نهایت نیست پس مردم بسبب
اندیشهای بی پایان در رنج و تیمار و محنت باشند
ازین سبب چیزی جستند که این اندیشها را
از خاطر ببرد و دل بدانچه نقد وقتست قانع کرداند
هیچ چیزی نیافتند مگر شراب پس مردم از برای
این غرض بدان جوهر رغبت کردند نوع دوم
از منفعت شراب آنست که شراب را خاصیتی است که
هر کس را خوی بروی غالب باشد در وقت شراب
خوردن ان خوی بروی غالب تر شود ظاهر کردد
و هرچه جز آن سیرت بود ازوی برود اگر مردی
بود که عادت او آن باشد که در علمهای باریک
اندیشه کند و مشکلات را حل کند در وقت شراب

خوردن آن کار بروی آسان تر شود و اگر شخصی
بود که سخاوت بطبع او غالب بود دران وقت
سخاوت زیادت گردد پس عاقلان از برای
تحصیل اخلاق و تقویت خاطر و تصفیت طبع بوی
رغبت کردند نوع سوم از منفعت شراب آنست که
حکما گفته اند که الانسان خلق فعالا بالطبع
یعنی آدمی را چنان آفرید که خواهد که پیوسته
بکاری مشغول باشد که چون ملالت بر طبع آدمی
مستولی شود خواست تا بکاری مشغول باشد که
هر ساعت او را حالی نو پدید آید و آن معنی
حاصل نشد مگر در شراب خوردن زیراکه چون
مردم بدان کار مشغول شود هر ساعت حالتی
نو و صفتی غریب در وی پدید آید از برای

این سه غرض بعضی از مردم را بشراب خوردن
رغبت افتاد اما اسباب قوت تن چهارست منفعت
اول که طبع حیات گرم و ترست زیراکه گرمی
اقوی الفاعلین است و تری اضعف المنفعلین
و هر که که اقوی در اضعف عمل کند فعل بغایت
کمال آید و طبع شراب گرم و ترست بر طبع شراب
موافق طبع حیاتست و هرچند چیزها که گرم
و ترست بسیارست لیکن آن چیزها قوت نفوذ
در شریان و در همه اعضا نیست و شراب از راه
لطافت در همه اعضا راه نفوذ دارد پس شراب
با آنکه طبع حیاة دارد زود نفوذ کند و در
رگهای باریك راه یابد ازین سبب شراب موافق تر
آمد منفعت دوم آنست که رئیس مطلق دره

تن دلاست وجوهر شراب معشوق دلاست
ودلیل برآنست که طبیبان گفته اند که شراب
نیك سرد نباید خورد زیراکه پیش ازانکه شراب
درمعده گرم شود ودل آنرا جذب وبخود
کشد وبسبب سردی شراب حرارت غریزی فرو میرد
پس معلوم شد که دل هیچ چیز بخود نکشد که شراب را
وازشراب بخاري لطیف متشابه روح حیوانی
متولد شود ودر رگهای جهنده که آنرا شرایین
گویند بگذرد بهمه تن برسد چون شراب سبب
زیادتی روح دلاست لاجرم آن منفعت ازهیچ
چیز یافته نشد مگر ازوي منفعت سوم آنست که
چون رسیدن او بدل سخت نزدیك است بسبب
لطافت زودي روح شود لابد بود که آن روح

بهمه اعضا برسد همچنانکه روح حیوانی ازوي مدد
یابد حرارت غریزي ازوي هم قوت می پذیرد
زیراکه روغن مرچراغ را وچون حرارت غریزی
قوت گیرد همه اعضا ازو قوت پذیرد زیراکه
همه قوتهای جسمانی که فعلها میکنند همه بواسطه
حرارت غریزی میکنند پس قوت هاضمه قوی
شود واگر حصه غذا نامهضوم مانده بود هضم
کند وقوت دافعه قوي گردد اگر فضله مانده
بود دفع کند پس لابد بود که مزاج تن بصلاح
بازآید وحواس خمسه ظاهر شود وچون زیاده
گردد معده وامعا ازفضلها پاکیزه گردد منفعت
چهارم آنست که او همه قوتها بر تصرف کردن
یاري دهد وهمه مادتهاي غلیظ را تحلیل کند

ومصلحت تن جز درین دو نیست پس از برای این
اغراض بدین کناه بزرگ درافتادند وبدین
کار رغبت کردند فصل دوم دربیان
انکه چرا شراب انکوری ازهمه شرابها بهترست
اطبا درین معنی چهار سبب کفته اند سبب اول
آنست که هیچ میوه که اورا بفشاری عصاره
آن بدان لطافت وصفا نبود که عصاره انکور
چون لطافت وبیشترست باید که کذر یافتن
او در رکهای باریك زودتر باشد سبب دوم
آنست که درخت انکور چوبیست بس غلیظ
وکثیف وبدان ماند که آن چوب کثیف چون
روانی است وهرچند رواق غلیظ تر آن رطوبت که
جدا شود صافی تر ومروق تر باشد سبب سوم

آنست که همه میوها یا درحرارت زاید اند یا
دربرودت یا دررطوبت یا دریبوست کر
انکور که درغایت اعتدال است درحرارت
وبرودت ورطوبت او رطوبتی است موافق
رطوبت تن انسان سبب چهارم آنست که رطوبت
او رطوبت اصلی است نه عرضی بخلاف شرابی
که از انکبین یا از مویز کنند زیرا که رطوبت
آن شرابها همه رطوبتهای بیکانه است چون
این همه صفات درغیر این شراب یافته نمی
شود لاجرم این شراب ازهمه شرابها نامی تر بود
فصل سوم دربیان مضرت شراب
بدانکه هرکاه که شراب خورده شود
وبقدر اعتدال بود بدن بروی مشغول

شود لاجرم حرارت غریزی در دل زیاده
شود بر آن حرارت در همه تن پراکنده گردد
ومعلوم است که قوتهای جسمانی که در تن کار
کننده اند وبواسطهٔ حرارت غریزی کار توانند
کردن پس بواسطهٔ حرارت غریزی قوت جاذبه
زیادت شود جذب غذا بهتر کند وچون حرارت
غریزی قوی گردد مادها را که غلیظ شده
بود پخته کند وقوت دافعه بقوت بر دفع آن
قادرتر بود وچون قوت دافعه مادهای
غلیظ خالی شود وبلغم از معده زایل گردد
وبادها که در امعا باشد شکسته گردد وما
دهای فاسده که در گذرهای عصبها باشد
زایل شود لاجرم حواس صافی تر شود ورنگ

روی خوب تر شود بعد از آن بواسطهٔ قوت
جاذبه وبقوت هاضمه غذا بعمق ورود آید
ورگها فراخ شود وروح حیوانی وطبیعی ونفسانی
در همه اجزا ساری شوند اما اگر شراب بیش
از قدر حاجت خورده شود ورگها پر شود
وحرارت غریزی را دم زدن ممکن نبود یا فرو
میرد یا کم شود همچنانکه چراغ را روغن چون
بیش از قدر حاجت در ریزند فرو میرد یا
ضعیف تر شود وچون حرارت غریزی ضعیف
شود آن شراب نا مهضوم بماند وبلغم گردد
ومضرت آن در همه تن پراکنده شود وما بعضی
از آن یاد کنیم اما آنچه از فضلهای دماغ
پر شود آن دماغ یا گرم بود یا سرد واگر

دماغی گرم بود فضلها سوخته شود وازان
دیوانگی یا وسواس بد پدید آید ورمد وخشك
ودرد گوش وسرسام گرم ظاهر شود واگر
دماغ سرد بود بسبب آن مایهای بلغمی زیاد ت
شود وازوی صرع وسکته ولقوه وفالج
وسرسام سرد وفراموشی ورعشه وکابوس
وترسیدن درخواب وبیداری بی سبب ورمد
رطب وسبل وضعیفی حواس ظاهر شود واما
آنچه ازفضلها که دردیگر اندامها بود وبازماند
تبهای عفن واماسهای بزرك وضعیفی دل
ومعده وجگر بدید آید وانچه ازین مادها
بجانب پا فرود آید ازوی نقرس متولد شود
وضعف اعصاب بدید آید وببایدانستن که

مزاج دل عاشق شراب است هر وقت که شراب
بسیار خورده شود دل بسیار شراب بخود کشد
وروا باشد که چندانی بخود کشد که تجاویف دل
پر شود وجای نفس در رفتن نماند وچون چنین
شود حرارت غریزی فرومیرد ومرك مخاطره
ومفاجا بدید آید وآنچه ازین فضلها در جگر
جمع شود واگر جگر گرم بود بسبب گرمی جگر
وگرمی شراب جگر گرمتر شود وخون را بسوزاند
ومادهٔ صفرا وسودا نیز تر شود وتبهای صفراوی
وسوداوی بدید آید واگر جگر در اصل سرد بوده
باشد چون شراب خورده شود حرارت غریزی
ضعیف تر شود وجگر سردتر شود وشراب را هضم
نتواند کردن بدین سبب فضلها بدید آید ودر تن

پراکنده شود وسستی بدید آید وبا استسقا انجامد
وازین تفصیل که برشمردم معلوم شود که هرچند که
درشراب اندك خوردن منفعتهاست بسیاری
آن مضرتها وبیش است فصل چهارم
دربیان آنکه شراب موافق طبع کیست کودکانرا
طبع گرم وترست وچون گرمی وتری شراب در
گرمی وتری کودکان درآورده شود مزاج
از حد اعتدال بیرون شود بلکه اگر کودکی
باشد که مزاج او ببردی میل دارد اورا اندکی
شراب زیان نکند اما چون طبع او گرم وخشك
بود دربیشتر حالها وصفرا بروی غالب بود
شراب ویرا سبب بیماریهای صفراوی شود
اگر مردم کهل شراب خورد اورا موافق باشد

زیرا که مردم را دروقت کهولت حرارت غریزی
روی بنقصان دارد وچون شراب خورد
حرارت ورطوبت غریزی اورا مدد کند لاجرم
اورا موافق بود اما مزاج پیر سرد وخشك بود
وطبع شراب گرم وترست اورا نیز موافق بود
اگر باندازه خورد اما اگر بسیار خورد حرارت
غریزی وی چون اندك است هضم نتواند کردن
لاجرم نامهضوم بماند وسبب بیماریهای بلغمی بود
فصل پنجم دربیان آنکه شراب در
کدام فصل موافق تر باشد شراب خوردن
دراول بهار ومیانه بهار چون بافراط نبود
نافع بود زیرا که خلطهای بسیار در فصل زمستان
گرد آمده باشد شراب لطیف کند آن خلطهارا

ویا در ادرار باجابت طبع بیرون آرد اما در
آخر فصل بهار واول تابستان تا باول فصل
خزان شراب خوردن صواب نبود خاصه شراب
کهن واگر مرد شراب خواره گرم مزاج بود بغایت
زیان کار بود بس اگر خورده شود ممزوج
باید کرد بآب سرد وخانه خنك وغدا ازترشها
موافق باید ساخت وازمستی تمام پرهیز باید کردن
اما اگر در فصل خزان پیوسته خورده شود
سود دارد لیکن شراب نو باید وصافی اما در فصل
زمستان اگر اندك خورده شود موافق بود
اگر بسیار خورده شود زیان کار بود فصل
ششم در شرح حال انکس که شراب خوردن
عادت نکرده بود چون کسی شراب بخورده

بود بس بخورد دردسر آرد وتب سرکشش واگر
مرطوب بود قی ومغش کشش آرد چون ابتدا
خواهد کرد باید که طعام موافق خورده شود
بس شراب اشامد تا کرانی طعام از معده
او بگذرد باید که از همه رنجهای بدنی ونفسانی
آسوده باشد وخوش دل باشد ونخست شراب
خورد وصافی تر وخوشتر وباآب ممزوج کند
تا طعم شراب شکسته شود تا معده اورا قبول
کند واندك اندك تا طبع با شراب بیامیزد
واگر مرد مرطوب بود اندك اندك از آب
میکاهد ودر شراب می افزاید تا بدین طریق
طبیعت با شراب خوردن واگیرد فصل هفتم
در شرح حالی که مردم مست را بدید آید ما آنرا

در بیست مسیله شرح دهیم مسیله اول چرا شراب
خوردن مستی آرد جواب زیرا که شراب بطبع
گرم و تر است چون بمعده رسد حرارت غریزی
در وی اثر کند از وی بخاری برخیزد و ببالای
دماغ بر آید دو حالت پدید آید یکی آنکه در جوهای
دماغی تر کند و غلیظ گرداند دوم آنچه بخارهای
تر در مجاری اعصابی که اندر دماغ رسته باشد
فرود آید از آن تری دماغ لازم آید و از هر
خاطری حالتی دیگر ظاهر شود گاه دست میزند
و گاه پای میکوبد و گاه می‌خندد و گاه میگرید
و گاه غمگین میشود و گاه شادی کند زیرا که
خاصیت تری آنست که زود صورتها پذیرد
و زود رها کند اما فرود آمدن بخارها بمجاری

اعصاب لازم آید که ارواح نفسانی جنبانند و محرکه
و از عصبها بتمامت بنتوانند گذشت لاجرم در قوتهای
حس و حرکت خللها پدید آید بدین سبب در وقت
مستی نیکو نبیند و نیکو نگوید و نیکو نشنود
و نیکو نرود مسیله دوم چرا مردم را در میانه
شراب خوردن طرب زیادت شود و در آخر
شراب خوردن عربده کند جواب زیرا که
مردم را در میانه شراب خوردن روح دماغ
تر شود و از آن سبب از اندیشه کردن در حالهای
گذشته و حالهای آینده خلاص یابد لاجرم
خوش دلی حاصل آید لیکن هنوز قوت
مفکره برقرار بود لاجرم شادی میکند و حرکت
نکند اما بآخر مستی قوت مفکره باطل شود

وحالتهای مختلف متولد شود وچنان پندارد که
مردم بروی استحقار میکند لاجرم عربده
کند مسئله سوم چراست چیزها بیند که
گوئی آن چیز برخود میگردد جواب
زیرا که چون شراب خورده شود از معده
بخار لطیف برخیزد وبدماغ برشود زیرا که
طبع بخار آنست که ببالا برسد وچون شکل
سر گرد است آن بخار در سر گردان شود
وسبب گردیدن بخار روح باصره با بخار آمیخته
شود وباوی بگردد بدین سبب مردم هرچه
بینند پندارند که آن چیز می گردد مسئله
چهارم چرا مردم مست در آخر مستی لول شود
جواب زیرا که دو عصب مجوف اند وجای

دماغ حق تعالی آفریده است وبیک دیگر
پیوسته وراه هردو در یکدیگر گشاده شده
وروح باصره دران گشادگی جمع شده باشد
چون مردم بسلامت بود آن هردو عصب
یکسان باشد لاجرم آن دو صورت که در دو چشم
پدید آید در یک ساعت بدان گشادگی رسد
مردم یک چیز را یکی بیند اما در وقت مستی
دماغ تر شود پس بود که مادهٔ بخاری در
عصب بیشتر شود لاجرم آن عصب درازتر
شود پس آن دو صورت که در دو چشم
پدید آید در یک ساعت بدان گشادگی برسد
بلکه از عصب کوتاه زودتر رسد از عصب دراز
بدین سبب آن دو صورت در وقت دیده

شود لاجرم یکی را دو بیند مسئله پنجم
طبع شراب گرمست پس چرا چون مردم مست شوند
سرما یابنده تر شود جواب از برای سه سبب
سبب اول آنست که چون شراب بسیار
خورده شود طبیعت هضم او نتواند کردن
پس آن شراب نا مهضوم بلغم شود و بلغم
بطبیعت سردست لاجرم بدین سبب مست
سرما یابد سبب دوم آنست که رطوبتها که
در تن آدمی است بسبب شراب لطیف تر شود
و هرچه لطیف تر بود از تنها زودتر بدر آید
لاجرم سردی هوا در وی زودتر اثر کند
سبب سوم که بسبب لطافت شراب مسام
گشاده شود لاجرم هوا دران مسام راه

یابد و سرما بیشتر یابد مسئله ششم
چرا کسانی که بر شراب مواظبت نمایند
ایشان را فرزند کمتر بود جواب زیراکه شراب
بسیار خورند طبیعت آن را هضم نتواند کردن
بلغم شود لاجرم منی ایشان بلغمی بود و فرزند
متولد نشود زیراکه قوت مولده جز بواسطه
حرارت غریزی نتواند کردن مسئله هفتم
چرا آن کسان که شراب صرف خورند ایشان
تاریکی چشم و گردیدن سر کمتر پدید آید و آن
کسان که شراب ممزوج خورند ایشان را اعراض
حادث گردد جواب زیراکه چون شراب
با آب آمیخته شود اجزای آن آب در اندرون
اعضای اصلی برساند و چون هضم نتواند کردن

هم آنجا باز مانده و بلغم شود وچون در
دماغ بلغم بدید آید دوار بدید آید مسئله
هشتم سبب ارتعاش سردی است وشراب
گرم وترست چرا کسانی که شراب بسیار خورند
مرتعش شوند جواب زیرا که شراب بسیار
خورند طبیعت هضم آن نتواند کردن لاجرم
آن شراب در رگها بلغم شود وسردی آن
بلغم حرارت غریزی را ضعیف کند وضعف سبب
ارتعاش شود وسبب دوم آنست که چون
رگها از بلغم پر شود ور وجهای نفسانی و
حیوانی وحرارت غریزی راه کذر نیابد لاجرم
خلل در افعال حس وحرکت بدید آرد مسئله
نهم طبع کودکان وجوانان گرم است

وموافق طبع شراب است چرا کودکان را شراب
نباید خورد وجوانان را باید خورد جواب
زیرا که طبع کودکان گرم وترست بر ایشان را
بترطیب حاجت نباشد اما طبع جوانان گرم
وخشک است لاجرم ایشان را بترطیب شراب
حاجت آید مسئله دهم چرا بعضی مردم در وقت
مستی جماع نتوانند کردن جواب از برای سه
علت سبب اول آنست که مزاج اصلی ایشان تر
بوده باشد ودر وقت شراب بخارهای تر
بدماغ بر شود ومجاری اعصاب فرو دارد لاجرم
آن تری زیادت شود وقوت ضعیف گردد
سبب دوم آنست که ما پیدا کردیم که در تن
در وقت مستی بیشتر سرما یابد واستیلای

سرها برتن مانع باشد ازین کار سبب سوم
آنست که تولد منی از فضل هضم چهارم است
واین چنان بود واین انگاه بود که طعام
هضم یافته بود تا از لطیفی اجزای او منی تولد
شود ودر وقت مستی هضم تمام حاصل نشده است
لاجرم جماع کردن میسر نشود مسئله یازدهم
چرا بعضی مردم چون بقدحهای کوچك خورند
مست شوند وبعضی دیگر برعکس این باشند
جواب زیرا که آن کسانی که معده قوی
دارند وحرارت غریزی ایشان کامل باشد
چون بقدحهای بزرگ خورند حرارت غریزی
ایشان دران عمل کند وازان بخارهای
لطیف بدماغ برسند لاجرم مست شوند

اما آنها که حرارت غریزی معده ایشان
اندك باشد چون بقدحهای کوچك خورند
مست شوند زیرا که حرارت غریزی ایشان
دران شراب اندك عمل تواند کردن اما چون
بقدحهای بزرگ خورند حرارت غریزی ضعیف
شود ودران عمل نتواند کرد لاجرم هیچ
بخاری ازوی بدماغ بر نشود بدین معنی
مست نشوند اما چون مست شوند آن مستی
دیر بماند همچنانکه حرارت غریزی ضعیف دیر
باید تا در شراب بسیار عمل کند همچنان دیر
ماند تا آن بخارهای بسیار تحلیل کند لاجرم
این کس دیر مست شود وچون مست شود دیر
هشیار شود مسئله دوازدهم چرا رغبت زنگیان

در شراب خوردن بیشتر بود از رغبت دیگر مردم
جواب زیرا که شهرهای زنگیان در گرمیست
پس لازم آید که ظاهر تن ایشان نیک گرم بود
و باطن تن ایشان نیک سرد بود پس از جهت
سردی باطن نیک محتاج باشند بشراب امّا دیگر
شهرها چنین نیست لاجرم رغبت ایشان در شراب
خوردن بدین سبب حدّ نباشد مسئله
سیزدهم چرا کسانی که شراب تلخ خورند اگر در
میانهٔ دور گاه گاه قدحی از شراب شیرین مزه
بخورند دیر مست شوند جواب زیرا که از شیرینی
تأثیر حرارت معتدل در مادّهٔ غلیظ متولّد
شود پس شراب شیرین بسبب غلیظی مادّه شراب
تلخ را غلیظ تر کند چون غلیظ تر شود در مجاری

تنک راه نیابد لاجرم مستی دیر حاصل شود
مسئله چهاردهم چرا آن کسانی که طعام
ایشان چرب باشد دیرتر مست شوند جواب
زیرا که بسبب چربی طعام شراب غلیظ تر شود
و در منافذ راه نیابد مسئله پانزدهم
چرا کسانی که ریاضت کمتر کرده باشند دیر مست
شوند و آنان که حرکت و ریاضت ایشان بسیار
بود زود مست شوند جواب زیرا که آن
کسان که ریاضت ایشان اندک باشد در تن
ایشان مادّهای بلغمی بسیار بود لاجرم
بسبب آن بلغم طاقت گرمی و خشکی شراب
دارند امّا آنان که حرکت بسیار کرده باشند
در تن ایشان هیچ خلط بلغمی نبود لاجرم

طاقت تحمل گرمی و خشکی شراب ندارد
و زود مست شوند مسئله شانزدهم
چرا بعضی مردم چون شراب خورند ثبات و
سکون زیادت شود و بعضی را سبکساری
و بی ادبی زیادت شود جواب باید دانستن که
اختیار ما درین علمهای حکمت آنست که جواهر
ارواح بشری بماهیت مختلف و مقتضای
ماهیت هر روحی چیزی دیگرست لیکن که
مادام عقل برقرار بود کارهای مردم از راه
تکلف بر رونق عقل بود نه بر رونق مقتضای
اصل خلقت چون شراب خورده شود کارهای
تکلفی زایل شود و آنچه مقتضای جوهر روحست
از ثبات عقل و نیکو سیرتی بودی درین

وقت کامل تر شود و اگر از بی ادبی و خفت
طبیعی باشد ظاهرتر گردد مسئله هفدهم
چرا خمار دشوارتر از مستی باشد جواب
از برای سه کار سبب اول آنست که در وقت
مستی جرم شراب در معده و رگها حاضرست
وجرم شراب لطیف و موافق تر باشد اما در وقت
خمار جرمها لطیف در شراب تحلیل پذیرد
و آنچه غلیظ و ناموافق باشد ماند لاجرم
بطبیعت ثقیل باشد سبب دوم آنست که
تن در وقت مستی قوی حال و تر باشد
لاجرم طاقت رنج کشیدن دارد اما در وقت
خمار مانده باشد طاقت آن رنج ندارد سبب سوم
آنست که در وقت مستی بیخبر باشد از رنج اما

هر وقت خمار هشیار باشد لاجرم باخبر بود از اسباب
این رنجها مسئله هجدهم چرا در بعضی اوقات
چون مردم خمر خورند قی آرد و در دیگر وقتها
بود که چون مردم از سی فی آید چون شراب خورد
قی ساکن شود جواب زیرا که قی از دو گونه آش
یکی از تیزی خلطی که در معده باشد و دوم
از غلیظی خلط اگر در معده خلطی تیز بود گرد د
لاجرم قی آرد و اگر در معده خلطی غلیظ بود
چون شراب خورده شود آن خلط را تلطیف
کند و تقطیع کند لاجرم قی ساکن شود مسئله
نوزدهم چرا چون شراب بسیار خورند انسان را
در طبیعت بد پدید آید و چون باعتدال خورند
طبیعت نرم شود جواب زیرا که چون شراب

بسیار خورده شود طبیعت او را هضم نتواند کرد
پس طبیعت او را بعرق و بدل دفع کند لاجرم طبیعت
خشک شود اما چون شراب اندک بود طبیعت
در وی عمل کند طبیعت نرم شود مسئله بیستم
چرا بعضی مستان را خواب بسیار آید و بعضی را
اندک و چون بیدار شوند همه شب بیدار باشند
جواب زیرا که آن را که دماغ گرم باشد
بسبب شراب گرم تر شود لاجرم خوابش ببرد و آن را که
دماغ سرد و تر باشد بسبب رطوبات شراب آن
رطوبات شراب معتدل شود خواب زیاده شود
فصل هشتم در طبیعت شراب بدانکه
در انگور هر چهار طبیعت موجودست طبع خاک
و طبع باد و طبع آتش چون انگور بفشارند و عصیر

بیرون کنند پوست ودانه که خشکی وسردی
بیشتر داشت وبطبع زمین بود ازوی جدا شد
وچون عصیر که درخم کرده شود جزو آتشی که
دروی باشد آهنگ بالا کند واوان کفك باشد
برسر آید وآن قدر اجزای ارضی که دروی ماند
باشد آهنگ فروسو کند وآن دردیست وجزو
آبی وهوایی درمیان بماند هم برین ترتیب
تا مدة چهار ماه این اجزا ازیکدیگر جدا میشوند
تا پس ازان شراب صافی بماند گرم وتر ودرین
وقت درغایت اعتدال باشد بعد ازان حرارت
او رطوبت او کمتر کنند تا چون کهن گردد گرمی
وخشکی بطبع او غالب بود فصل نهم
درمراتب مستی عاقلان کفته اند مستی سه

درجه است درجه اول که مردرا آسایش دهد
از غمها واندیشها ودروی نشاطی پدید آید
ودرکارها گستاخ تر شود ورنگ روی تازه شود
وسماع خوشتر آید وخواب خوش حاصل آید
وانهمه منفعتها که درشراب خوردن برشمردیم
انگاه باشد که مستی درین درجه باشد درجه
دوم آنست که حرکتهای بدنی ونفسانی مضطرب
شود ورقص وسرود وبازی کردن با کمتران
ودرخاییدن حاضران آغاز نهد وبیشتر مضرتها
ازشراب خوردن برشمردیم درین درجه حاصل شود
درجه سوم آنست که مرد غافل شود وعقلش
زایل شود واین درغایت تباهی باشد وازوی
صرع وسکته وفالج ولقوه ومرگ مفاجا پدید آید

وبقراط در هر ماهی یک بار اینچنین روا
داشته است زیرا که اینچنین مستی آسایش اعضا
و ارواح حاصل کند و خلطهای غلیظ و فاسد
پخته گرداند و از تن زایل گرداند فصل
دهم در اسباب زود مست شدن اسباب این معنی
چهار نوع است نوع اول آنست که مزاج گرم بود
و دماغ و جگر هر دو گرم باشد اینچنین کس زود
مست شود نوع دوم آنست که اگرچه مزاج
معتدل باشد و لیکن معده و جگر و دماغ وی
کوچک بود و رگهای او تنگ باشد این کس شراب
بسیار نتواند خوردن و زود مست شود نوع
سوم در زود مست شدن و دیر مست شدن
اختلاف احوال شراب است شراب کهن دیر مست کند

زیرا که تیزی او اندک است لیکن چون مستی
حاصل شود دیر بماند و شراب خام زود تر مست
کند از شراب جوشیده و شراب رقیق زود تر
مستی آرد و زود تر بگذارد و شراب گرم زود تر
مست کند و آن شراب که در وی بوی افزارها
باشد چون قرنفل و جوز بوا و مانند این و از
هر چیزی زود تر مست کند از برای آنکه گرمی و لطافت
فصل یازدهم در بیان آنکه شراب
کی شاید خوردن شراب خوردن بناشتا زود
مست کند و بسیار آفتها آرد چون دیوانگی و
تشنج زیرا که قوت حرارت شراب مزاج را و
اعضا را بگداند هر آنکس که معده او سرد بود او را
شراب خوردن نافع بود نشان سردی معده

پنج است اول آنست که طعام نگوارد دوم آنکه
شهوت طعام نباشد سوم انکه هر بار که آب
خورد معده وشکم او باد گیرد و قراقر کند
چهارم آنست که طعام در معده او دیر بماند
وگرانی کند اینچنین کس را شراب بکار داشتن
نافع بود فصل دوازدهم دربیان آنکه
چه باید خوردن تا شراب بسیار خورد و دیر مست
شود درین باب دو نوع است سخن یکی آنکه
چه کردنی است ودوم انکه ناکردنی است اما
انچه کردنیست چهار چیزست اول انکه غذا اسفیدبا
های چرب خورد تا جزئی قوت شراب بشکند
واز گذشتن در مجاری باریك باز دارد وگفته اند
روغن گاو تریاك شرابست وقوت شراب را ازمعده

وجگر باز دارد دوم اگر بامداد شراب افسنتین
بخورد سخت موافق بود وخمار نیز کمتر کرد سوم
دیسقوریدوس میگوید هر که پیش از شراب
خوردن پنج دانه بادام تلخ بخورد دیر مست شود
زیراکه بادام تلخ معده را دباغت دهد وادرار
کند صفت معجون خواجه ابو علی در قانون آورده
است بادام تلخ تخم کرنب بادام شیرین پودنه
جو سنبه سداب خشك نمك نفطی همه را بکوبند
وبگلاب طبرزد معجون کند پیش از شراب سه درم
بخورد ولیکن مردم محرور را نشاید خورد
قسم دوم درآنچه بباید کردن وآن چهار نوع است
اول گفته اند که در شراب خوردن چیزها
ترش وقابض نیك نباشد زیراکه قابض شراب را

در معده دیر بماند و بخار بسیار شود و طبع
سخت کند و ادرار باز دارد و کسی که خواهد که
درست شود او را طبع نرم باید و ادرار بول
نیز باید دوم چیزهای که در وی توابل بسیار بود
نشاید خوردن زیرا که توابل بخار برانگیزد سوم
چیزهایی که در وی مزه تیز بود چون پنیر
کهن و مانند آن نباید خوردن چهارم بویهای
گرم و ناخوش نباید بوییدن زیرا که دماغ را
ضعیف کند و مستی زود حاصل کند پنجم حرکت بسیار
نباید کردن و در آفتاب و گذر بادها شراب
نباید خوردن و غذا بسیار نباید خوردن و بسیار
نباید گفت فصل سیزدهم در بعضی احوال که
شراب خواره را بکار آید اول آنست که چون لذت

شراب خوردن بر مردم مستولی شود مردم از همه
مهمات دینی و دنیاوی باز ماند و فسادهای
بسیار ظاهر شود و دشمن کردن شراب را سه
طریق گفته اند اول آنست که اگر یک رطل آب زرد
کسی را بدهند و نگویند که چیست شراب را دشمنی
عظیم شود دوم آنکه اگر چند روز بر گرسنگی
نان در شراب آغارند و بدهند تا بخورد شراب
دشمن گیرد اما اگر خواهد که مست هشیار شود
اگر سرکه با آب بیامیزند و بخورد و هشیار شود
و اگر دوغ ترش را سرد کند و بدهند همین بود
اما آنچه که بوی شراب از دهان برد گشنیز
خشک و تر و سعد و زرنباد و تخم بادیان
از این هر کدام که بدهند بوی شراب را ببرد

فصل چهاردهم در اقسام شرابها

بدانکه اختلاف انواع شراب از هفت گونه است
نوع اول در الوان شراب شراب سپید سخت
گرم نباشد ومثانه را وگذرگاه بول را پاک
کند ومحرور را شاید وموافق بود شراب زرد
گرم تر از سپید باشد شراب لعلی گرم تر از زرد
باشد وهرچند بگو سرخی بیشتر گراید گرم تر
باشد وکسی را که در معده وامعا بلغم بسیار
باشد سود دارد شراب آتش رنگ گرم تر از همه
شرابهاست شراب سیاه رنگ غذایش دهد
ودیر هضم شود قسم دوم بسبب طعمهای شراب
که مزه او ظاهر نبود ضعیف باشد محرور را
شاید شراب شیرین مزاج گرم کند ودر معده

دیر بماند ودر جگر سده آرد وسپرز را بزرگ
کند ومردم لاغر کند وبعضی گفتند که فربه کند
وبر وسینه نرم کند شراب مثلث گرم باشد
وطعام زود بگدازد واخلاط بلغمی لطیف کند
وبیرون آرد از تن وسده بگشاید وتن را
گرم کند ومحرور را دردسر آرد ومرطوب را
موافق باشد شراب ترش از تلخ بدترست
شراب ناخوش مزه سخت بد بود همه مزاجها را زیان
دارد شراب کلوکیسر معده را قوی کند وطبع
خشک کند وادرار بول کند وغذا کمتر دهد
قسم سوم بسبب بویها شراب ضعیف بوی ضعیف
باشد ودیر در معده بماند ومحرور را شاید شراب
ناخوش بوی دماغ را زیان دارد وخلطها را

درتن فاسد کند قسم چهارم بسبب قوام شراب
شراب تنك غذا کمتر دهد وزود از معده وجکر
بیرون شود وادرار بیشتر کند وزودتر اندر
رکها بکذرد وبدماغ رسد وزود نشاط بدید
آرد وزود باز کذارد شراب غلیظ غذا بیش دهد
ودیر کند ودیر از معده بیرون شود وبدماغ
دیرتر رسد ونشاط دیرتر آرد ومستی دیر باز
کذارد شراب معتدل فعل او درین هر دو باب
باعتدال بود قسم پنجم بسبب موضع شراب
شراب کرم سیل قوی تر باشد از شراب سرد
سیل شراب که از انکور کوه پایه یا از زمین
سنك ریزه کند قوی تر باشد وخشك تر باشد
از شراب زمین نرم شراب تر مستی که انکور وی بسیار

آب باشد بی قوت باشد وتری بسیار کند مزا
جهای کرم وخشك راسود دارد قسم ششم خامی
وپختکی شراب خام زود مست کند وزود
بکذارد وخمار او سبك تر باشد ونشاط او بیشتر
وغذا معتدل دهد وخون صافی کند ودل وتن
را قوی کند ورنجی که از بسیار خوردن او ظاهر
شود او را زود در توان یافت لیکن دماغ را
تر کند وبوی دهان ناخوش کند شراب جوشیده
دو کونه است یکی شیرین ودیکر تلخ اما تلخ کرم
تر وخشك تر از خام است ولطیف تر وخوش خوارتر
از خام باشد ودیر مست کند وزودتر بکذارد
واین شراب موافق بود در زمستان وکسانی که
سردی بر ایشان غلبه دارد وپیران را موافق باشد

واین شراب بوی دهن ناخوش نکند چنانکه
خام کند اما جوشیده شیرین دیر گوارد و غذا
بسیار دهد و مزاج را گرم کند و خون زیادت
کند و سطبر گرداند و بر و سینه را نیک باشد و معده را
نیک بود و طبع را نرم کند لیکن در جگر سده آرد
و سپرز را بزرگ کند و باشد که استسقا آرد
و باشد که درد گرده و مثانه سنگ و ریگ بدید آید
و ازین شراب بسیار نباید خوردن قسم هفتم
شراب نو تری در وی بیشتر از گرمی باشد
و بسبب زیادتی رطوبت در معده نفخ آرد و دیر
گوارد و دماغ را تر کند و خلط بلغمی را در تن
زیادت کند کانی را که خشکی بر مزاج غالب
بود سود دارد شراب کهن گرم و خشک بود در درجه

سوم و بدانرو نزدیک باشد و دماغ را خشک
کند و اخلاط را بسوزاند و از اخلاط سوخته
خون با معا فزود آید محرور را نیک زیان کند
و مرطوب را سود دارد و بادها بشکند و بلغم خام
را بگدازد شراب صرف پیران را و مرطوبان را
نافع بود ولیکن محرور را زیان دارد شراب
ممزوج اولیتر خاصه در تابستان قسم هشتم
شراب مویزی در وی بسبب خشکی مویز خشکی
اصلی بیشتر باشد و بسبب رطوبت فضلی آب از وی
مایههای بلغمی تولد کند اما مویز باید که
سپید بود و اگر شراب مویز بجوشند قوی
تر و گرم تر و اگر انگبین با مویز یار کنند گرم تر
بود و بر و سینه را بهتر بود و اگر آب گرز با مویز

وانگبین یار کنند گرم‌تر شود شراب خام
گرم‌تر باشد وطبع را نرم کند وثقل از معده وامعا
بیرون آرد وسینه را نیك بود ولیكن تشنگی
آرد ودرد جگر سخت آرد وشپش در پوست پدید آرد
ولیكن تن را غذا دهد وفربه کند وشرابهایی که
از برنج وارزن کنند نیك تباه باشد از وی
هیچ چیز حاصل نشود وبر گردن بهق ودرد دماغ
خلطهای تباهی پدید آید وبخارهای تباه از
وی متولد شود بخش سوم در انواع اشربه که
در حالت صحت وحالت مرض آنرا بکار برند جلاب
شکر رطوبتی موافق مزاج تن آدمی هست اگر
بزمی حاجت آید سودمند بود لاجرم معده را
وسینه را وسوزش مثانه را وحلق را وشش را

سود دارد وسبب زدودن خداوند سعال را
وزحیر را زیان دارد سکنگبین باید دانست که
جگر عاشق شیرینی است وخالی نیست که اگر مردم
طعام بخورد وبعد از طعام حلوا خورد پس
بعد از یك ساعت قی کند حلوا بعد از همه طعام
برآید زیرا که جگر بخود کشیده بود پس چون در
جگر حرارتی زیادتی پدید آید حاجت بود
بچیزی که از حرارت را باعتدال باز آرد اطبا
ترکیب کردند میان سرکه وشکر تا جگر آنرا
از برای شیرینی بخود کشد وبدین طریق اجزای
سرکه از جگر حرارت باز استاند وصفرا بنشاند
خاصه که بانغ خورند واگر در معده وامعا رطوبتی فاسد بود بنهای
آنرا بزداید وبا اجابت طبع بیرون آرد

وسدهٔ جگر بگشاید لیکن در سده گشادن بروری
بهتر بود و در تسکین تشنگی ساده اولیتر و
خداوند نزله و زکام را زیان دارد و شهوت جماع را
ببرد و قی آرد فقاع بیشتری از اطبا در نکوهش
فقاع مبالغتها کردند مگر ابن مندویهٔ اصفهانی
او چندان مبالغت نکرده است فی الجمله بسبب ماهیت
وی بیگانه است و نضجی محکم نیافته است که مولد
خلطهای خام بلغمی باشد سید اسماعیل رحمة
الله علیه میگوید که اگر کسی از فقاع نشکیبد
سه من مویز در آب کنند و یک من شکر بگدازند
و بجوشند پس بپالایند و آب ناردانک یا آب
سیب ترش یا آبی ترش با وی بیامیزند
بدان اندازه که آرزو باشد اگر خواهند که

میل بشیرینی دارد ترشی کمتر کنند و اگر خواهند که
میل بترشی دارد کمتر کنند شیرینی را و آنچه میل
بترشی دارد سداب و پودنه و طرخون و اندکی
سنبل و اندکی نمک خوش کند و آنچه میل بشیرینی
دارد بدارچینی و عود و قرنفل و زنجبیل
و اندکی شکر خوش کنند از هر یکی چندانکه بر فقاع
غلبه نکند و بوی مزه دهد که خوش آید و در جهت
مرطوب شیرین صواب تر و بجای شکر انگبین
بهتر و خداوند معده ضعیف را سنبل و جز بوا
زیادت کند و اگر مردی محرور خواهد که بدین
فقاع طبع نرم کند بجای شکر ترنجبین کند بجای
ناردانک آب زردآلو علاج خواجه ابو علی میگوید
پرهیز باید کردن از آنکه فقاع بعد از شراب خورند
که

یا شراب بعد از فقاع زیرا که چون شراب با فقاع
آمیخته شود فقاع باندرون اعضا برساند و بجنب
مضرتها حاصل شود و چون فقاع خورده شود
واثر ضرر او ظاهر شود بر سر آن جز مغز جوز و مغز
بادام نباید خوردن یا جربی این مغزها با فقاع
آمیخته شود و غلیظ گردد و در رگها راه کذر نیابد
وانگشتی چند انگبین بلیسد و روغن گاو و معجون
زرعونی تریاق فقاع است

فصل پانزدهم

در علاج او حالی که در شراب خوردن بدید آید
اگر کسی شراب بسیار خورد اگر گرمی دار بود آن
شراب طبع صفرا گیرد و مادهٔ صفراوی بر تن
غالب شود و اگر رگها پر شود سکتهٔ خونی بدید آید
و در ساعت بمیرد و اگر سردی دار بود آن شراب بلغم
شود و مفاصل آنکس از بلغم پر شود و صرع
و فالج بدید آید اگر مرد گرمی دار بود او را در
بیشتر احوال فصد باید کردن و طبع را بشراب فواکه
نرم باید داشتن و شراب انار ریخت موافق بود
این کس را و اگر سردی دار بود چون اندک
مایه اثر مایهای بلغمی بدید آید او را ماء
الاصول بقوت باید داد و حبهای قوی که
مسهل بلغمی را باید بکار باید داشت و اگر
کسی شراب غلیظ سیاه بخورد خون بسوزد
و اخلاط را تباه کند علاج شراب انار و شراب
بنفشه بکار دارند و اگر سکنگبین ساده
از پیش بخورد و بعد از آن بد و ساعت سکنگبین
بخورد یا سکنگبین از پیش تقطیع کند و اخلاط

خنك آب گل وکشنیز واندکی سرکه بر دل نهند
وغذا از ترشیها سازد ونقل از آبی وعناب
کند واگر شراب رقیق خورد تریها وبیماریهای
عصب ظاهر شود علاج شراب زوفای خشك
وخشخاش با اندکی معجون اثاناسیا بکار دارد
واگر تربد وزنجبیل اندکی از هردو با انگبین
نهد ودر روز دوام یك کفچه یا دو بخورد
نافع بود ریاضت کند اگر در تن او اخلاط
نبود بسیار واگر شراب گلوگیر خورد علاج
آنست که شراب شیرین را مروّق کند وبخورد
یا شراب انگبین بخورد وخداوند مزاج گرم
شراب سفید ممزوج خورد بشراب بنفشه
واگر شراب بر ریق خورد دق آرد ود د

احشا ورمها پیدا آید وتبها با صداع خیزد
سیم علاج پیش چو خورد تا از سبب تری یا
در خورد گیرد قوّت شراب بشکند والخلجه
خنك بر دل نهد وجگر واگر اثر گرمی نیك
ظاهر شود انار ترش ورب غوره موافق
باشد واگر در وقت تب یا در وقت صداع
شراب خورد اگر تن امتلا بود فصد قوی
باید کردن که بیم بود غشی کند وخواجه بو علی
رحمة الله علیه گفت چندان خون باید شد که
غشی کند وپیش از فصد بیك ساعت شراب
میوهای که اطلاق آرد چون شراب آلو ومانند
این وشراب بنفشه واگر در تن امتلا نبود
قرص کافور دهد گل یا در شراب آلو بدهند

ولخلخة بر دل ودماغ نهند فصل
شانزدهم در علاج خمار اولا باید که قی کند
بدین طریق تخم کرنب وشبت درآب کند
وبجوشاند واندکی سکنگبین بروی نهد
تا قی آرد پس اگر قی میسر نشود یک درهم
ایارج فیقرا با نیم دانک سقمونیا بدهند
تا اسهال آرد پس اگر غایت گرمی مزاج منع
کند ایارج دادن آب انار ترش وشیرین را
دانکی سقمونیا بر نهد وبدهد واستفراغ
بمطبوخ هلیله هم نافع بود پس اگر استفراغ
کردن مصلحت نبود باید که خودرا در خواب
کند بتکلیف تا آن قدر که دردی شراب
در معده مانده است هضم شود وعلاج دیگر

آنست که در آب بابونه واکلیل الملک بجوشانند
پس هردو کف پای را بروغن بنفشه ونمک
بمالند نیک نافع بود وچون از خواب برخیزد
در گرمابه رود وآب نیم گرم برسر ریزد بسیار
تا آن قدر که از بخار شراب در سر مانده باشد
برود وچون از گرمابه بیرون آید یک ساعت
صبر کند وبعد از آن طعامهای سبک خورد
چون ماهی کوچک تازه وکوک وکاسنی با
اندکی سرکه واگر نیک محتاج غذای قوی بود
زرده خایه مرغ نیمرشت وتیهو وفروج
ومرغ وبزغاله با آب غوره یا سماق یا زرشک
ساخته وطعامهایی که در وی کرنب پخته
باشند وعدس موافق بود خداوندخمار را

واکر تشنکی بروی غالب بود آب سرد خورد
مکر که معده و احشای او ضعیف بود پس اورا
آب سرد خوردن روا نبود بلکه با آب انار ترش
شیرین بیامیزد یا شراب غوره یا شراب
سیب یا شراب ریواج این شربتهای آب
بکار برد نافع بود و بدانکه هر شربت که
خداوند خمار خورد باید که سرد سرد بود
مکر که شراب ریواج که اکر سرد بود معده را
سخت زیان دارد و اکر شراب سفید مروق
صافی را باب ممزوج کند بنیم نافع بود و در
وقتی که بخسبد اندکی کشنیز خشک با شکر کوفته
بکار برد و روغن گل گرم کرده بر سر نهد
یا تحلیل ان بخار کند وچون اندکی از صداع

کمتر شود اندک اندک ریاضت کند وچون طعام
بخورد بعد از ان بسه ساعت هیچ حرکت
نکند تا صداع بیشتر نشود و بعد از طعام
خوردن هردو پای را از بن ران تا زیر قدم
می مالد صفت سفوفی که خمار را زایل کند
تخم کاسنی تخم کرنب زرشک سماق یا کیزه
عدس مقشر گل سرخ طباشیر راسنا راست
بکوبد وبه بیزد وازین همه مقدار سه درم
باکافور از دو جو تا نیم دانک بکار برد باید
حرارت مزاج خداوند عارضه این داروها
در آب هردو انار یعنی ترش وشیرین
یا در شراب غوره بدهند و اکر فقاعی
سازند از آرد جو وسنبل واندکی نمک

نافع بود زیرا که این فقاع معده را از
بقیت شراب بشوید واگر این فقاع از آب
غوره سازند بهتر باشد و بوبید ز صندل
سپید وکافور وشاهسپرغم چنانکه گلاب
وسرکه بروی زده باشد نافع بود واگر بامدادان
روز که شراب خواهد خوردن شربتی از شراب
افسنتین بخورده باشد خمارش نبود وشراب
مورد هم برین سبیل وروغن گاو پازهر
شراب وهمه زهرهاست مقالت پنجم
در تدبیر ماکولات واین مقالت مرتب
برچهار بخش بخش اول در طبایع مفردات گندم
گرمست بدرجهٔ اول ودر تری وخشکی معتدل
است وبا این تن مردم از همه حبوبها موافق

ترست وبدان که نان را اقسام است واختلاف
اقسام او بسبب اختلاف مایهٔ او باشد بسبب
مادهٔ اوست نان دو است یکی میده ویکی
خشکار ونان میده از معده دیرتر از نان
خشکار برود وازوی سده وسنگ گرده
ومثانه تولد کند وخداوندان وجع مفاصل
وقولنج را زیان دارد واصلاح او آنست که
بوره در وی کنند وکسانی که ازان خورند
سکنجبین بزوری بکار برند وکسی که از سنگ
گرده ومثانه بترسد این سفوف بکار دارد
ومغز تخم خربزه ده درم وشکر دو چندان
بران باید وهر بامداد سه درم بخورد واز
پیران کسی که در وی پرسیا وشان بجوشانند

بخورد نان خشک آرد از وی خون غلیظ بدید آید
وگر وخارش و بیماریهای سوداوی تولد کند
وهرچند سپوس در نان بیشتر بود این ضرر نها
بیشتر بود از برای آنکه تن مردم غذا از وی
کمتر یابد مردم را ضعیف کند واثر پیری ظاهر
گرداند این نان با سپید باهای چرب باید خورد
وبشیر بنیها وروغن گاو ومسکه باید خورد
اما اختلاف نان بسبب اختلاف صورت وتر
کیبات وترکیب او بر چهار قسم است نان فطیر
بادناک باشد وقولنج را زیان دارد نانکه در خاک
پزند از درون او لزج بود واز بیرون او غلیظ
گشته اورا باچیزی باید خورد که تلطیف خلط
کند نان تابکی بد باشد زیرا که آهن اورا نیک

خشک کرده بود لاجرم غلیظ باشد ودر خمیر او
اندکی بوره باید کردن نان کماج بدتر بود زیرا که
قوت روی او قوت خاکستر گرفته بود ومیانه
او خام بود نان جو سرد وترست وغذا کمتر
دهد از گندم وباد انگیزد واز معده دیرتر بیرون
شود واورا طعامهای چرب وشیرین باید
خورد تا ضرر او کمتر بود باسفلی اگر تر بود
سرد وتر بادناک باشد واگر خشک باشد سرد
وخشک بود وهردو قسم او بخار بسیار بسر برآرد
وقوت مفکره را زیان دارد واز وخوابهای
بد بدآید نخود گرم وترست ومزه او آمیخته
است از شوری وشیرینی بقوت شیرینی طبع نرم
کند وبقوت شوری ادرار کند کاورس سرد و خشک است

خشکی بیشتر است او را با چیزهای چرب باید خورد
لوبیا گرم و تر است بدرجهٔ اول از وی خون
غلیظ متولد شود و معده را زیان دارد و
خوابهای بد نماید ماش سرد و خشک است
بدرجهٔ اول و احوال او با حوال باقلی ماند
لیکن غذا از باقلی کمتر دهد و باد کمتر از وی
کند کنجد گرم و تر است و دیر هضم شود و
معده آگنده کند و بوی دهن ناخوش کند
خام او را با سکنجبین باید خورد و از پس او
قدری اسکنجبین باید خورد برنج گرم و خشک
است و او را با شیر تازه بپزند و با روغن بادام
و شکر خورند و با گوشت تازه فربه نیکو بود
فصل دوم در گوشتها گوشت گوسفند

غذا تمام دهد و خداوندان مزاج معتدل را
موافق بود مردم گوشت خواه را از ریاضت
گزیر نیست گوشت بز ناستوده است و کیموس
بد بود و هرگاه که مصروع جگر بز کشته بخورد
بیفتند و هرکه گوشت بز بسیار خورد بیم بود که
در صرع افتد و خداوند مزاج گرم را در شهرهای
گرم بد بود اگر فربه بود جوان و نیک پخته
شاید خورد اندکی گوشت گاو از وی خون
سوداوی تولد کند و نشاید خورد مگر کسانی
که کارهای سخت کنند و اگر مردم منعم خورد که
کاری سخت نکند او را علت سپرز و بواسیر
پدید آید و گوشت گاو سرخ بهتر بود گوشت
گوساله نیک باشد که در اول بد و انشد

وماند کنند وبیش از کشتن بچند روز آب
زیادت کنند کوشتا سبز کرم بود وغلیظ
وسوداوی کوشت اسب کرم است بغایت وغلیظ
وخون را سوداوی کند ومردمان لطیف طبع را
نشاید خورند کوشت آهو از کوشت صیدها
او بهترست وکوشت او خوشتر وزود کوارتر
وبقیاس با کوشت کوسفند کوشتا وخشک است
ومرطوب را موافق است ومردم لاغر وخشک
مزاج را بدان خوردن مداومت نشاید کردن
که خشکی ولاغری فزاید کوشت بزغاله بسبب تری که
هنوز در وی باشد غذا اندک دهد ولزج
باشد کوشت ماهی هر ماهی که کوچک باشد
ورنک او زرد وسیاه نباشد ومأوای وی

در آب پاکیزه باشد ویا در آبی که تنک و
سنک ریزه بود کوشتش لطیف تر وزود کوارتر
بود وانکه بزرک باشد غذا بیشتر باشد ودر
ولیکن خلطی غلیظ تولد کند وهر ماهی که
بوی ناخوش دارد وسنکی باشد ومقر او در آب
نباشد ورنک او سیاه یا زرد بود بد باشد
وماهی خورد مردم کرمی دار را سود دارد
وخداوند معده سرد را زیان دارد کوشت
خرکوش کوشتا وبدشت وسوداوی وزود
خون سوداوی خیزد اصلاح او آنست که او را
بروغن بادام یا روغن کنجد تازه بریان کنند
واز برای سردی دار را بروغن جوز بهتر بود
کوشت کورخر کرم باشد وغلیظ وخون را

کرم کند وشوربای ورا اکر بخورند درد کرده را

نیك بود بادارچینی وزنجبیل ودرد کرده

کیسه را که از بادها رنج دارد ودرد مفاصل

بسبب تری دفع شود کوشت کاو وکوسپند

سخت بد باشد و باشد که خوردن او مردم را

بکشد کوشت بز کوهی ومیش کوسپند بد باشد

ونزدیك باشد بکوشت کاو وکوهی کوشت مرغ

خانکی رحمة الله علیهم تن مردم را غذا نیك

دهد وفربه کند ورطوبت معتدل فزاید

ومزاجهای معتدل ساز نده باشد ورنك

روی نیکو کند وآب پشت زیادت کند خاصه

مغز او که مغز مردم را غذای تمام دهد تا بدان

جای که عقل را بیفزاید ومرد سردی دارد را

پیوسته نشاید وهمه اعتماد بران نشاید کرد که

بسیار باشد که قولنج آرد اکر بز تنها خورد چون

ناردان وغوره واز بهر آن کفته اند که مرغ

خانکی بدوغ وجغرات نشاید پخت کوشت بط

ومرغ آبی غلیظ وبسیار فضول بود وهر چه

ماوی در آب پاکیزه تر دارد بهتر باشد اصلاح او

آنست که اورا بسرکه بپزند وبسذاب بپزند

وکرفس وپودنه خوش کنند واکر اسفیدبا

پزند نخست الچی بجوشانند در آب وان آب بر بزند

یك بار دوبار تا زهومتها ببرود پس بپزند

چنانکه خواهند وبانخود وشبت وکنند تا

ودارچینی واکر بریان کنند بخارات بریان کنند

واکر یك ساعت ببخارات پیاز بپزند پس بخارات

دیگر بریان کنند بهتر باشد و پیه او سخت لطیف
گوشت کلنک همچون گوشت بط غلیظ بود لیکن
کم فضول تر باشد گوشت کبوتر بچه گرم باشد
خون را گرم کند و مردم گرمی دار را از و نشاید خورد
لیکن از معده زودتر رود از مرغ خانگی که در
شوربای او نخود و شبت پخته بود طبع را نرم
کند مردم سردی دار را و قولنج را و درد پشت
کهن را سود دارد و گرده را فربه کند و قوت مردی
زیادت کند و دماغ را زیادت دارد خاصه که
بریان بود اگر از پس او سرسبته خورده شود
غبار از دماغ باز دارد نیکو بود گوشت کبوتر
و فاخته و کبوتر دشتی و مرغان گرم چون زنان
شوربا سازند و نخود و شبت و گندنا و روغن

بسیار موافق باشد مردم سردی دار را گوشت
بنجشک دشتی و کوهی و خانگی همه گرم و خشک
باشند و غذا اندک دهند و تن را گرم کند و قوت
مردی را زیادت کند خاصه مغز ایشان و بیضه
ایشان خاصه که از گوشت ایشان با زرده
خایه مرغ خاگینه کنند بروغن زیت چنانچه
نیم پخته باشد و شوربای ایشان مردان سردی
دار را سود دارد و هرچند بنجشک فربه تر شود
غذا بیشتر دهد گوشت تیهو و دراج و کبک
و تذرو همه نیک باشند و بهترین و سبکترین
همه تیهو است و از همه غذای نیک خیزد گوشت
قطا این مرغ دو نوع است یکی بزرگ تر
و دیگر خردتر و گوشت هر دو سخت باشد و بچه

کرم نباشد و ازوی سودا تولد کند و بسبب خشکی
استسقا را سود دارد گوشت نمک سود کرم خشک است
بسبب نمک دیر گوارد و قد بد بسبب توابل که برو کی
کرده باشد کرم تر باشد و غذای این گوشتها
بقیاس با گوشت تازه اندک بود و قولنج را زیان
دارد و بسیار خوردن این گوشتها کد خارش آرد
و خون را سودا نی کند فصل سوم
در شرح اعضای حیوانات سر بریان گوسفند
غذا و تری بیش از تن دهد و سر آهو از هر دو سهله
تر باشد در نیمه سر غذای قویست و تن را کرم کند
وکسانی راکه بگوارد قوت قوی دهد و قوت برده
زیادت کند و قولنجی را نشاید خورد و بهترین
سرها سر بزغاله و سر بره باشد و گوشت خشک

و بنا گوش زیرا که آن اجرکت بسیار باشد و چشم
هم بسبب زیادتی حرکت و مغز سرد باشد و معده را
بیالاید و اورا با سعتر و خردل و ابکامه و انکدان
و نمک باید خوردن و چشم را نمک بسیار زنبا باید
و پوست لب غلیظ بود زیرا که قولنج ازان تولد
کند و سر بریان سیر نباید خورد و جز بر گرسنگی
راستین نباید خورد و در روزگار کرم نباید
خورد و تا سه ساعت نگذرد و از پس او نباید
خورد خاصه آب سرد و شراب خوردن از پس
ان تن را ممتلی کند با بچه غذا اندک دهد
و خون لزج تولد کند ازان و کسی را که استخوان
شکسته باشد و بسته باشد سود دارد و اسهال
خون و ریش رودها را سود دارد و بسیار خوردن

آن بیم باشد که قولنج تولد کند اشکنبه و روده
دیرگوارد و زهومت ناک باشد و غذای او بقیاس
بغذای گوشت اندک باشد اصلاح او سرکه و سداب
و کرفس و پودینه باشد و بگردیا و زیره و انگدان
و بسیار خوردن او بلغم افزاید اشکنبها و پی
خلط غلیظ خیزد ولیکن بد نباشد و جگر بره
و بزغاله بهتر باشد و جگر بط و جگر مرغ آبی
از جگر همه جانوران به باشد جگر بز کشن هر که
مصروع خورد بیفتد ولیکن سبکوری او نافع
بود سپرز غذای بد سوداوی دهد گرده
دیرگوارد و زهومت ناک بود زیرا که گذر بول
بروی باشد اصلاح او بدارچینی و پلپل باشد
دل گوشت سخت باشد و بدگوار و غذا اندک

نباشد شش غذا اندک دهد و دیرگوارد
بر اگر لابد خورده شود شش بره و بزغاله
بهتر باشد دیگر بکار نباید پیه مغز بسیار
فضول باشد و بسیار خوردن او بلغم افزاید و پیه
بط گرم تر از پیه دیگر مرغان بود و جانوران
بود و تری او کمتر پیه خروس بدرجه میانه
پیه بط و پیه مرغ خانگی و پیه اشتر و کوهان
گرم باشد و تشنج را سود دارد و مغز استخوان
کمتر فضول دارد و غذای آن بهتر و بیشتر باشد
و قوت تن و قوت مردی بیفزاید خایه
مرغ سیاه خانه و خایه تذرو و دراج بیکدیگر
نزدیک باشد و خایه بط و مرغ آبی گران و زهومت
ناک باشد و از سپیدی خایه مرغ خون رنج خیزد

واز زرده وی خون نیك خیزد وغذا بسیار
دهد ونیم برشته زود غذا کرد داز معده زود
فرود آید وتمام برشته شده کران نباشد ودیر
کوارد وغذا بیشتر دهد **فصل چهارم**
در طبیعت آباها سکباج مردم کرمی دار راسود دارد
ومرطوب را نیز بسبب انکه رطوبتها ببرد وهم
سود دارد ومردم سوداوی وقولنجی را زیان دارد
وهرعضوی که از عصبست چون معده ورحم ومثانه
جمله را زیان دارد وخداوند سرفه ودرد پشت
ودرد زانو را ومانند آن زیان دارد واکر کسی
همچنین سکباج خورد باید که از پس او حلوایی از شکر
ونشاسته وروغن بادام خورد واز بهر مرطوب
اصلاح او آنست که چاشنی از انکبین کند واندکی
انکژد در افکنند وکرویا وجوزبوا وقرنفل
وسذاب وکرفس وپودنه وسیر خوش کند وابجیز
در کنند وزعفران تمام واز برای محرور چاشنی شکر
کنند اسپید باج اورا سوربا هم کویند غذا
نیك است همه مزاجها را خاصه که معتدل بود ونن
درست را نیك سازد واکر بویی فزارها در افکند
چون دارچینی وبلبل وزیره وغیر آن مردم صفراوی
را نشاید واکر بروزکار سرد نبود لا بد اصلاح
بترشی وآب سرد باید کرد دوغ آبا وجزرات آبا
غذا بسیار دهد ودیر کوارد وچون کسی را که معده
او کرم باشد شاید ودر فصل کرما باید ومردم
قولنجی را نشاید واصلاح او بسذاب وپودنه
وسیر وروغن زیت باشد وحلوای انکبین با بادیه باشد

وشراب صرف قوی وزنجبیل پرورده با کمونی
وهرکس که نشان تری بروی ظاهر باشد او را
نشاید وگوشت بچه مرغ وگوشت بز بدوغ آبا
پخته وروغن گاو در نباید کرد تُرُب آبا
وتربیخ آبا کمتر از غذای دوغ آبا بود وآن روز که
این آبا خورد میوهای تر وفقاع نشاید خورد
زیرج آبا غذا اندک دهد لیکن صفرا بنشاند
ورطوبت ببرد ومردم گرمی دار را موافق بود ومردم
سردی دار را یا پیش از وی یا بعد از وی باید
چیزی خورد که معده را قوت دهد چون مصطکی
وپودنه غورا با گرمی دار را موافق بود ودر
تابستان بیشتر باید خورد وقولنجی وکسانی را که
از سردی رنجی بود نشاید خورد واز پیش واز پس

آن میوهای تر نباید خورد نارآبا وسماق آبا
وزرشک آبا همه با همدیگر نزدیک اند چون
وصفرا بنشاند واگر مردم سردی دار خورد اصلاح
او بحلوای انگبین وبشراب قوی کنند ثلث آبا
وآلو آبا هردو صفرا را نیک است وطبع را نرم کند
وخداوند سرفه را دیگر ترشیها موافق نه خاصه
با اسفاناخ وبا مغز بادام اصلاح کنند قلیه آبکامه
وقلیه سرکه هردو غذای نیک است ومعتدل
است مر بیشتر مزاجها را ودر همه فصلها موافق است
وازبرای مردمان مرطوب آن را بسداب وصعتر
وپودنه وکرویه اصلاح کنند واز پس حلوای
انگبین خورند قلیه خشک ومطجنه هردو غذای
قوی است مرطوب را موافق نه خاصه که دارچینی

وزیره درویی کند و گرمی دار را اصلاح او
سرکه و آب غوره کند زبیب و کشمش
هر دو غذای قوی است بگرمی میل دارد و از
نفخ خالی نیست قلیه کرنب گویند خون سودایی
تولد کند و کرنب طبع را نرم کند و شراب خواره را
بر بسیاری شراب خوردن یاری دهد و خمار شراب را
کم کند و قلیه کرنب تاریکی چشم و گرانی سر و خواب
بهای شوریده نماید و مضرت او سکنجبین و شراب
صافی باز باید داشت لفتی باد انگیزد و غذا
بسیار دهد و قوت مبردی را سود دارد
و چشم روشن کند و از وی رطوبت خام تولد کند
و قولنج را زیان دارد و اصلاح او بسفرجلی مسهل
و کموتی و پودنه باید کردن و محرور را بسکنجبین

دفع کند گزر و آنچه از وی کنند کرده و مثانه را سود کند
و قولنج را به از لفتی بود عدس نفخ کند
و سودا افزاید و چشم تاریک کند اصلاح او بنمک
و پودنه و عسل و زعفران باشد و شراب رقیق
هریسه قوت بسیار دهد و فربه کند و خداوند
ریگ گرده را و مثانه را زیان دارد و اصلاح او آنست
که بگوشت گوساله یا بگوشت مرغ سازند و پیه
از وی دور دارند و شبت اندر وی ریزند
تا او را لطیف کند و گرمی دار را با سرکه و آبکامه
خورد و با پلپل و دارچینی و مسکه بسیار کنند
یا روغن گاو و مسکه بهتر باشد و مرطوب از پس
وی زنجبیل پرورده خورد محرور را از پس او
پنج ساعت میوه خورد تا آن غذای بسیار

دهد و قوت افزاید و دیر گوارد و معدهٔ قوی
را شایسته بود و اگر گوشت را نخست یك روز در سرکه
نهند آنگه در تنور بریان کنند لطیف تر آید کباب
در معده دیر ماند و از پس کباب و بریان آب سرد
زود نشاید خورد و اگر بدل آب شراب صرف
بود نیك بود فصل پنجم در شرح
ابزارها که بسرکه و جز آن سازند کبر بسرکه
سپرز را بگدازد و سده بگشاید و محرور را
موافق بود و مرطوب را نیز بد نباشد زیرا که
لختی رطوبت ببرد پیاز بسرکه انچه کهن باشد بخار
بسر برفند و شهوت طعام زیادت کند و سرکهٔ او
بهضم اولی باشد سیر بسرکه مردم سرد مزاج را
موافقست پیاز دشتی مرطوب را شاید و قوت

مباشرت را زیادت کند و مصروع را سود دارد
خیار بسرکه تشنگی مردم گرمی دار را بنشاند لیکن
در معده دیر بماند آن را از پس قلیها و اسفیدباها
خورند شلغم بسرکه غلیظ باشد خرد کن آنرا لطیف کند
بادنجان بسرکه صفرا بشکند و سده بگشاید بکار آید
بلغم لزج را از فم معده بزداید و شهوت طعام
بجنباند و کسی را که در رودهای او رطوبتی باشد که
از آن کرمها تولد کند آنرا ببرد و بگدازد و دور ریشهای
عفن را که در احشا باشد بشوید و لختی تشنگی
آرد و اگر او را بسرکه بیامیزند تشنگی بار دو منفعت
او بر جای باشد نواله قولنجی را زیان دارد و لیکن
انکه با ابکامه خورند و سداب و کرفس اندکی در کنند
فصل ششم در شیر و آنچه ازو سازند

شیر مرکبست از آب و پنیر و روغن و آن آب که در شیر است
زداینده است و روغن گرم ترست و هواییست
و چون در شیر گوسفند پنیر بیشتر باشد از آن گفتند که
شیر گوسفند سردتر از شیرهای دیگرست و چون
روغن در شیر گاو بیشتر باشد گفتند که شیر گاو
گرم ترست از دیگر شیرها و چون آب در شیر اشتر
و شیر خر بیشترست گویند این هر دو شیر لطیف‌تر است
و شوینده‌ترست از دیگر شیرها و شیر بز میان این دو
آن باشد زیرا که روغن او کمتر از روغن گاوست
و پنیر او کمتر از پنیر گوسفندست شیر گوسفند
سرفه را و تنگی نفس را سود دارد و زنان روی را
صافی کند و فربه کند و اگر با شکر خورند سودمندتر
باشد و اگر شیر با برنج بپزند باد کمتر کند لیکن

سده در جگر و ریگ در گرده و مثانه زود تولد
کند و از بسیار خوردن شیر شپش در اندام پدید
آید مگر شیر اشتر که از وی این علتها پدید
نیاید و خداوند درد سر را زیان دارد و تاریکی
چشم و شبکوری آرد و خداوند تب را سخت زیان
دارد و کسی را که جماع بسیار کند سود دارد

دفع مضرتها و هر که شیر خورده باشد از پس
آن هیچ طعام و شراب نشاید خوردن تا آن وقت که
شیر نیک بگوارد و هیچ حرکت قوی و هیچ کار سخت
از پس او نشاید و جز بر گرسنگی راستین
نشاید خوردن و اگر شیر با نمک خورند یا با عسل
یا با شکر نگذارد که در معده بسته شود و اگر
بجوشند و در عسل آن قدر باید که مزه شیر

خوشتر کند و از پس آنکه شیر خورده باشد
مضمضه کردن بشراب یا بسرکه یا بسکنجبین
یا بماء العسل مضرت از بن دندان باز دارد
دوغ سرد است بدرجهٔ دوم و خشک است بدرجه
اول آن وقت که تازه باشد و شیرین اندک
حرارت در وی باشد چون ترش شود سرد مطلق
باشد و اگر مسکه از وی جدا کنند تنهای دفع
را سود دارد و اگر دوغ پزند و آهن تافته در وی
کنند تا سطبر شود آبش کمتر شود اسهال خونی
و صفرایی را باز دارد حرارت از شیر و از دوغ
غلیظ تر باشد اصلاح او از آن دوغ آنست که او را
با سذاب و کرفس و پودنه خورند و اندکی نمک
در وی کنند تا لطیف تر شود ترف سرد و خشک

بدرجهٔ سوم سودا افزاید و معده را زیان دارد
ولیکن تشنگی بنشاند اصلاح او آنست که او را گوشت
فربه پزند و کرفس و سذاب و پودنه در کنند
و روغن گاو از ترف و دوغ دور دارند و روغن
زیت بر کنند اگر تالج بود پنیر دیر گوارد و مردم مرطوب را
و قولنجی را زیان دارد و هر چند نرم تر باشد بهتر
باشد و اگر با عسل خورند زود تر گوارد و قولنجی را
زیان کمتر کند و پنیر کهن نیز تر باشد بدان سبب
تشنگی آرد و دیر گوارد و چنانکه چیزها غلیظ
با چیزها نیز خورند لطیف شود و اصلاح پذیرد
پنیر هیچ چیز اصلاح پذیرد پنیر هیچ چیز اصلاح
نپذیرد و در وی هیچ خیر نیست فله مرطوب را
زیان دارد و اصلاح او عسل است روغن گاو اما سطا

را

بپزاند و بیماری شش و سینه را سود دارد و گرده
را گرم کند و پازهر شراب است و پازهر همه زهرهاست
ولیکن معده را ضعیف کند پوست را نرم کند
تن را بدان طلا کند پوست را نرم کند و مردم
فربه کند و بر جایگاه گزیدگی مار افعی نهند
سودمند بود و شش را سود دارد فصل
هفتم در ترها کاسنی بستانی باشد و دشتی باشد
و دشتی را طرخشقون گویند سرد و تر است بدرجه
اول و اگر خشک کنند بدرجه اول بود و هرچه
تلخ تر بهتر بود زیرا که سده را بگشاید و معده
گرم را سود دارد و معده را دشتی به از بوستانی
کسی را که بشب آب از دهن برود هر بامداد برابر یکی
چند بار بکدرم نمک در شب بخورد سود دارد کرفس

گرم و خشک است بادها را بشکند و سده بگشاید
و اگر مصروع بخورد علت از بجنباند و جگر و سپرز را
سود دارد و دیر گوارد و ادرار کند و گرده و مثانه را
پاک کند و زن آبستن را نشاید خوردن و اگر کسی
کرفس خورده بود چون کژدم او را بزند رنج بیشتر
کند گندنا درد سر آرد و خوابهای بد نماید
و دندانها را و گوشت بن دندان را زیان دارد و معده
را بد باشد و گرده و مثانه را که ریش گشته باشد
سود دارد و حیض را بیارد و بواسیر را با روغن
بباید بریان کردن و خوردن سود دارد و تخم
حیض ببندد و قوت مردی زیادت کند کشنیز
سرد و خشک است و جالینوس میگوید که در وی
اندکی گرمی است بدلیل آنکه خنازیر را تحلیل

وبسیار خوردن او دانش را زیان کند مضمضه
باب او دمید کی دهان را سود دارد وخون بینی
باز دارد کواث سرد وترست اگر درمیان شراب
خورند رنجهای مستی را باز دارد وتشنگی وحرارت
بنشاید تخم او منی را خشك کند وشهوت جماع بنشاند
اگر کسی را درسینه خلطی غلیظ باشد وتنگی نفس
باشد از بسیار خوردن او سود دارد اما بیم خناق
بود ودفع مضرت او بمعجون ذوفا وماء العسل
نعنع گرم وخشك است معده را گرم کند وطعام بگوارد
وقی بلغمی را باز دارد وفواق را بنشاند وکرم که
دراندرون شکم بود بکشد وقوت مردی زیاد
کند وگزیدن سك دیوانه را سود دارد ومحرور را
برگ باید خوردن طرخون گرم وخشك است درد گلو را

سود دارد وشهوت جماع ببرد کیکیز گرم وترست
وطعام بگوارد ونفخ کند وقوت مردی را زیادت
کند ودرد سر آرد سذاب گرم وخشك است طوبتها
ببرد وباد بشکند ورگها پاك کند وطعام بگوارد
وشهوت طعام بدید آرد ومعده را قوی کند
وسپرز را سود دارد وقولنج را سود دارد ومرطوب را
موافق باشد وحیض باز دارد وباشد که آب او
بچه را بیندازد ودرودهای زیرین را سود دارد
وچشم را تاریك کند منی را خشك کند وشهوت
جماع را ببرد خرفه سرد وترست وتری بیشتر تشنگی
بنشاند وسوزش آب تاختن را ببرد از بهر کندی
دندانها برگ او بخایند سود دارد شبت گرم وخشك
است بدرجه دوم بادهای غلیظ را بشکند

و شیر زنان بیفزاید و طبع را نرم کند و او لینت آرد
که او را در دیگ پزند تا قوت و بوی وی
او در دیگ شود پس او را بیرون اندازند باد روح
گرم و خشک است زود عفن شود بدین سبب بوی
دهان ناخوش کند و از بسیار خوردن او چشم تاریک
کند و معده را زیان کند فصل
هفتم در بقول ترب گرم و تر است بدرجه اول
اگر کسی ترب خورده باشد چون گردم بزند زیاده
رنج نیابد و تخم وی از وی قوی تر است پس پوست
پس برگ پس گوشت معده را بد باشد و اگر
از پس طعام خورند طبع را نرم کند و اگر از پیش
طعام خورد طعام را بر قعر معده دارد خاصه
اگر پوست او را با سکنجبین خورند و اگر پاره

ترب بر گژدم نهند بمیرد شلغم گرم و تر است
و باد ناک است منی را زیادت کند لیکن در معده
دیر بماند پخته او چشم را سود دارد گزر
گرم و خشک است بدرجه اول آب او طبع را نرم
کند و جرم او طبع را خشک کند پیاز گرم است
بدرجه سوم و تر است بدرجه دوم و با تیزیی
در وی تلخی است و هر چه درازتر باشد تیزتر باشد
و بسیار سرخ تیزتر از سپید باشد و آب او لطیف تر
از وی است و باد ناک است و درد سر آرد و از پخته
او خلطی غلیظ تولد کند و منی را زیادت کند
و بسیار خوردن او زیان دارد و چشم را تاریک
کند و خام او درد سر آرد و نفس سرد را ببرد
خام او که در زمین باشد و حیض بیارد سیر گرم

خشك است بدرجهٔ سوم تن را گرم کند وگرمی او
بگرمی غریزی ماند تشنگی آرد وخون رقیق کند
وگونهٔ روی سرخ کند ومضرت آبهای مخالف را
بازدارد وبادها را بشکند وقولنجی ومرطوب را
سود دارد وکرم که در شکم باشد بکشد واگر پزند
قوت مردی را سود دارد ولیکن با دوغ سخت
زیان کارست ریواج سرد وخشك است آب او
بچشم درکشند بینائی را سود دارد وحرارت
بنشاند واسهال صفراوی آرد فصل نهم
در افزارهای دیك زیره گرم وخشك است بدرجهٔ ١
اول دوم بادها بشکند ورطوبت را لطیف کند
وبسیار خوردن او رنك روی را زرد کند وسده
بگشاید کرویا گرم وخشك است بدرجهٔ سوم

بادها را بشکند وطعام بگوارد ورطوبتها را
بگدازد وتری معده را سود دارد صعتر
گرم وخشك است بدرجهٔ سوم بادها را بشکند
وادرار بول کند وحیض بیارد وتاریکی چشم
که از رطوبت باشد سود دارد خوردن او وضماد
کردن موافق است دارچینی گرم وخشك است
بدرجهٔ سوم سده جگر بگشاید ومعده وجگر را
گرم کند وتبهای بلغمی را سود دارد ورطوبت
از دماغ فرود آرد ودل قوی کند وگزیدن
جنبندگان را سود دارد وبر کلف طلا کنند
اثر آن ببرد پلپل گرم وخشك است بدرجهٔ
چهارم پلپل سفید قوی ترست ودارفلفل
شکوفهٔ پلپل است وهرسه بادهای غلیظ را

بشکند و رطوبت غلیظ که در سینه و همه اندامها
لطیف کند و عصبها را گرم کند لیکن اخلاط را بلاغ
برآرد قرنفل گرم و خشکست بدرجه سوم معده را
و جگر را سود دارد و بوی دهن خوش کند شونیز
گرم و خشک است بدرجه سوم کرم شکم را بکشد
و پازهر گزیدن رتیلاست و درد سر که از سردی
بود سود دارد زنجبیل گرم است بدرجه سوم
و خشک است بدرجه دوم پرورده او با انگبین
حفظ را زیادت کند و رطوبتی که در سر و چشم
بود پاک کند و قوت مردی زیادت کند و از
گزیدن حیوانات موذی مانع باشد زعفران
گرم و خشکست ولحشا را سود دارد و عفونتها را
بصلاح باز آرد و چون فزاید و رنگ روی را خوب

کند لیکن خوردن و بوییدن او درد سر دهد
و طلا کردن او درد سر را سود دارد و قوت مردی
را زیادت کند و دل را قوت دهد و اگر در شراب
بدهند مرد زود مست کند و منش کشتن آرد و
شهوت ببرد بنج که سرد و خشک بود مردم سودائی
را زیان دارد بقوت تیزی بلغم را بزداید و بقوت
سردی صفرا بنشاند و خوردن او عصبها را زیان
دارد و چشم را ضعیف کند و بوی او درد سر گرم
بنشاند تخم سپندان گرم و خشک است بغایت
مادهای بلغمی را بسوزاند و لطیف کند و کرم
شکم را بکشد و خوردن او و ستردن همه تن را سود دارد
ولیکن معده را زیان دارد و برات او از جمله
زهرهاست و این قوت ندارد لیکن همه گرم و خشک
بود

نمک گرم وخشک است بدرجه دوم وهرچه تلخ تر
گرم تر است نانخواه گرم وخشک است بدرجه دوم
وگویند سوم سدها بگشاید ومعده را سرد وتر
راسود دارد ونفس کشتن وقی باز دارد وبادهارا
بشکند وخوردن او مضرت جنبندگان زهردار
راسود دارد فصل دهم در میوهای
تر انگور گرم وترست وگرمی او باندازه شیرینی
باشد انچه نیک رسیده باشد از وی خوبتر نه
خیزد نیک وفربه کند وطبع نرم دارد وآنچه
روزی چند آونگ کرده باشد نفخ کمتر کند وکسی
راکه در رودهای او از باد رنجی باشد حذر
باید کردن تا از پوست او هیچ خورده نشود که
مضرت بود وبانان بخورد وکسی راکه قولنج

باشد انگور باید خورد ومعرور دانع مضرت
او بسکنجبین کند وقولنجی از پس او کموتنی خورد
یا بانید غوره سرد وخشک است آب غوره
مردم صفراوی را سود دارد ومردم سرد مزاج را
وقولنجی را نشاید انجیر گرم وخشک است بدرجه
اول طبع را نرم کند ومثانه را پاک کند وتن مردم را
از وی غذا بیشتر باید که از دیگر میوها
خاصه انچه سپید زرد آلو سرد وترست بدرجه
دوم ومعده را نیک نباید وزود از حال
خویش بگردد وخلطی که از وی بدید آید بد باشد
وبدتر ان بود که از پس طعام خورده شود مردم
گرم مزاج را موافق تر باشد وموی دهان که
از گرمی معده بود زایل کند ودفع مضرت او

بکمونی باید کرد شفتالو وسغرنك وآلو هر سه
سردند بدرجهٔ دوم وتری الوی زرد ازحال
بگردد وتباه شود وآنچه تمام رسیده باشد معدهٔ
گرم را تباه نباشد از پس او یخ نباید خورد ودفع
مضرت او چون دفع مضرت زردالو گویند آلوی
بینه سرد وترست وهرچه ترش باشد سرد وتر باشد
واسهال نکند وانکس معدهٔ او ضعیف باشد
دفع مضرت او بگلشکر کهن کند سیب
سرد وترست بدرجهٔ اول وسیب ترش سرد وتر بود
وسیب شیرین دل قوی کند ومعده را ازوی
قوتی بود وطبع را خشك کند وگرمی دار را ازوی
مضرت نباشد مرطوب دفع مضرت او بشراب قوی
کند انبرود سرد وخشك است انبرود ترش لطیف تر

باشد وسرد تر وبادناك ودیر از معده بگردد
وقولنج را بحث زیان دارد ودفع مضرت او
بگوارشها وشراب کهن وزنجبیل پرورده کند
سیبی سرد وخشك است بمبالغت آبی بیان کرده
شبك تر وسودمند باشد وبریان کردن او
چنین باشد که اورا ببرند ومیان او پاك
کنند وبجایگاه دانه عسل کنند یا شکر سوده
وبهم باز نهند وبخمیر در گیرند ودر زیر خاکستر
کنند تا پخته شود این تشنگی بنشاند وقی
باز دارد وخمار را سود دارد ومعده
قوی کند وبسیار خوردن پی در عصبها
آرد واگر از پس طعام خورند طبع را اجابت
کند تا بدان حد که اگر بسیار خورند طعام

نا گوارده بیرون آرد واگر میانه او روغن
گاو پر کنند مثل شکر که گفتیم و بپزند در زیر
آتش وبجوزند تا شه وده مه وضیق النفس را
نیک بود انار شیرین گرم وترست ومعتدل
است سینه وحلق را نافع باشد وانفاط
کند لیکن باد او زود تحلیل پذیرد ود ر
معده گرم صفرا گردد نار ترش سرد و خشک
است وقابض ولطیف معده وجگر گرم را
سود دارد وشهوت جماع ببرد مردم سرد مزاج را
سخت زیان دارد دفع مضرت او بنجبیل پرورده
کنند توت شیرین گرم باشد وبا دناك کرمی
دارا درد سر آرد دفع مضرتا وسکنجبین
کنند جو توت صفرا بنشاند وطبع نرم کند

ومرطوب دفع مضرت او بگوارشها کنند
خربزه اگر شیرین بود معتدل است در گرمی
وسردی وانچه شیرین نباشد همه اقسام او
ترست وآنچه تمام رسیده بود لطیف تر بود
وزود گوارد وسنگ بگشاید وادرار کند وتن را ینده
باشد وگرده ومثانه را پاك کند واز پس طعام
نشاید خوردن زیرا که خربزه ماده هاء
غلیظ را زود بگرده ومثانه برد وازان ریك
وسنك تولد کند اصلاح او محرور را سکنجبین
باید کردن ومرطوب را بگلشکر خربزه هندی
در سردی وتری از خربزه فروتراست بتری
خون وصفرا بنشاند وتبهای محرقه وغب را
سود دارد کدو سرد وترست بدرجه دوم

زود گوارد چون با گوشت پزند تشنگی بنشاند
وطبع نرم کند وچون بسرکه پزند لطیف نشود
وحرارت را تسکین بهتر کند ومرطوب قولنجی را
زیان دارد بادنجان خون را بسوزاند وسودا
انگیزد ودهان را بدماند ومعده را بنك آت
ومنش کشتن را باز دارد وسر وچشم را بد باشد
واز بسیار خوردن او بواسیر بدید آید وبسرکه
مضرت او از سر وچشم باز دارد وسده جگر
بگشاید وچون اورا بنمک آب بجوشانند پس بروغن
تازه یا بروغن بادام بریان کنند بیشتر مضرتها
ازوی برود واگر اورا بشکافند ونیم روز در
نمک آب نهند پس اورا بشویند ودران باب که
خواهند بکار برند مضرت او کمتر شود عناب

تر سردست بدرجه اول ودر تری وخشکی معتدل
است واندکی بتری میل دارد ومعده را بد است
سرفه را سود دارد وسینه را نرم کند ونیز تب
خون بنشاند ترنج پوست او گرم است
وخشک وگوشت او سرد وخشک وتخم او
گرم وتر است ولیکن آنست که با عسل خورند
واندکی پوست او با او بخورند وپوست او
طعام بگوارد وقی ومنش کشتن بنشاند ومعده را
قوی کند ومفرح است سماق سردست
بدرجه اول وخشک است بدرجه سوم قابض است
صفرا بنشاند ومعده را دباغت کند وتشنگی
ومنش کشتن صفراوی بنشاند وشهوت طعام
بدید آرد وبسیار آمدن حیض را باز دارد

واکر با آب او مضمضه کنند بن دندانها سخت کند
واکر بر معده و شکم ضماد کنند فرود آمدن
صفرا از رودها باز دارد فصل یازدهم
در میوه های خشک خرما کرم و نرمست و خونی که
از وی تولد شود لطیف باشد کرمی او قوی تر
از انکور باشد سینه را و حلق را نیک باشد
و آواز صافی کند و جکر فربه کند و درویش
مضرتی نیست محرور را از پس او نار ترش با اندکی
سکنکبین بکار باید برد کشمش بوی نزدیک
است و اندکی نفع کند انجیر خشک است در درجه
و تفطیر بول سود دارد و کرده را پاک کند و بر
سینه پاک کند و قوت مردی زیادت کند
و خلطهای تباه را از پوست بیرون اندازد

و بدین سبب شپش پدید آید دفع مضرت او
آنست که بکرمابه بسیار روند و عرق بسیار
آرند واکر با جوز خورند بادها بشکند قولنج را
سود دارد و محرور را دافع مضرت او سکنکبین کند
جوز کرمست بدرجه دوم و خشک است بدرجه
اول جوز تر طبع نرم کند و دیر کوارد ولیکن
از معده زودتر از بادام فرود آید و چون خشک
باشد طبع باز کیرد و درد کمتر آرد و صفرا بیفزاید
واکر بر ریق خورند قی آرد و زبان کران کند
و درد سر آرد و دفع مضرت او در آنست که هر
دو پوست از وی بیرون کنند و پاک کنند جوز
مغز را با سپوس بیامیزند و بریان کنند تا انتن شیرین
نرم و بدست بمالند از پوست پاک شود بادام

گرم و نرم است سینه را و شش را و جگر را و سپرز
را و گرده را پاک کند لیکن دیر گوارد بادام تلخ
گرم و خشک است و سنگ گرده را پاک کند پسته
در گرمی و خشکی معتدل است سده جگر بگشاید
و گرده را نیک باشد و جگر را درست کند فندق
گرم است بدرجهٔ اول و غلیظ است و بر معده
دیر ماند محرور با شکر خورد و مرطوب با عسل
عناب خشک سینه را نرم کند و معده را نیک
باشد و خون ساکن کند بدان خاصیت که در
ویست و بسیار خوردن نفخ کند و قوت باه را
زیان دارد اگر محرور در میان شراب نقل کند
صواب باشد فصل دوازدهم در شیرینها
شکر در گرمی و نرمی معتدل است سینه را

نرم کند و معده را نیک کند جگر و معده که
بروی صفرا غالب باشد او نیز صفرا باشد عسل
گرم و خشک است بدرجهٔ دوم پیران را و مرطوبان را
سود دارد و جراحتهای پلید را پاک کند و
محرور دفع مضرت او بسکنجبین و لیمو و آب انار
ترش کنند پانید گرم و نرمست بدرجهٔ اول
خاصه پانید سفید و غلیظ تر از شکرست
سرفه را سود دارد و طبع را نرم کند پالوده
آنچه از شکر کنند و نشاسته و روغن بادام
بطبع شکر باشد سینه را نرم کند و غذا بسیار
دهد محرور دفع مضرت او بسکنجبین ساده
کنند حلوا با معده بهتر از پالوده باشد
زیرا که لزوجت کمتر بود دفع مضرت او

چون دفع مضرت پالوده کند لوزینه سینه و حلق را
پاک کند لیکن سُدّه آرد و دفع مضرت او سکنجبین
کند قطایف آنچه از پانید و جوز مغز و روغن
جوز کنند گرم باشد و دهان بد ماند و از نان
او سُدّه تولد کند لیکن زود نگوارد و آنچه
از شکر و مغز بادام کنند محرور را موافق تر بود
و دفع مضرت او به سکنجبین و آب انار ترش
کند فصل سیزدهم در روغنها
روغن جوز طبع جوز دارد و معده را و گرده را
نیک باشد و خداوند بلغم را بدین روغن از همه
روغنها بهتر باشد روغن زیت معتدل است و
موافق مزاجها و لطیف خوردن بسیار از و مضرت
عظیم کند روغن بادام معتدل است معده را
نیک باشد سینه را سود دارد و درشتی سینه
و مثانه را سود دارد و سدّه بگشاید و روغن
کنجد غلیظ است و در گرمی معتدل است معده را
نیک باشد و نزدیک است با روغن بادام روغن
فستق جگر را و گرده را سود دارد و سدّه را
بگشاید و معده را بد باشد تدبیر ششم
روغن بگیرند یک من روغن با یک من آب و نمک
مشت نمک بیامیزند و بهم بجوشند با آتش
نرم تا آب برود پس نمک از و جدا کنند و دیگر
بار با آب بیامیزند و بجوشانند تا آب برود
روغن بماند بخش دوم در چگونگی غذا خوردن
و این بخش مرتبست بر دو فصل فصل اول
در حقیقت غذا بدانکه هرچه که آن را بخورند

وبیاشامند آن بر چهار قسم است قسم اول آن چیزست که
طبیعت آن چیز در طبیعت تن عمل کند و طبیعت
تن دران عمل نکند و آن زهر کشنده باشد زیرا که
آن چیز که طبیعت تن را می گرداند و طبیعت او
هیچ شکسته نشود پس لازم آید که آن چیز بعاقبت
طبیعت تن را باطل کرداند قسم دوم آنست که
طبیعت او در تن عمل کند لیکن عاقبت طبیعت تن
در وی عمل کند و طبیعت او را باطل گرداند لیکن
خود خود بگرداند قسم سوم آنست که طبیعت او
در تن عمل کند لیکن بعاقبت طبیعت تن بروی
مستولی شود و طبیعت او را باطل کند و خود
خود بگرداند و این را طبیبان غذای دوائی
گویند. قسم چهارم آنست که طبیعت او در تن آدمی

هیچ اثر غریب نکند لیکن طبیعت تن او را از حال خود
بگرداند و این را طبیبان غذای مطلق گویند
و بباید دانستن که تن آدمی جسمی نرم است و حرارت
غریزی که در تن آدمی است پیوسته با رطوبت او
اثر میکند و از وی بخارها بر می انگیزد و اجزای
تن خرج میشود پس هر آینه آن جزهای خرج
شده را عوضی باید لاجرم حیوانرا بغذا
خوردن حاجت افتاد تا اجزای آن غذا که
خورده شود عوض آن جزوها گردد که حرارت
را خرج شده باشد فصل دوم در بیان
آنکه غذا چگونه باید خوردن باید که طعام
بر شهوتی صادق خورند و چون شهوت
صادق بدید آید در طعام خوردن تاخیر نکند

وچنان باید که چون دست از طعام باز گیرد هنوز
آرزوی طعام باقی باشد وبراکه از بقیت شهوت
پس از یک ساعت برود وبدترین خوردن آنست که
معده را گران کند پس اکر روزی باتفاق چنین
افتد دیکر روز بسیار بجنبد در خانه که هوای
آن معتدل است واکر خواب برد بسیار زود
وچند قدح شراب صرف بخورد وباید که در خوردن
تنها ترتیب نکاه دارد وانچه لطیف تر وروان تر
بود اول آن خورند زیرا که اول اکر غلیظ خوردن
آنکاه لطیف آن لطیف زود بکدازد وچون غلیظ
ناکوارید باشد لطیف راه نیابد تا بکذرد
پس هم آنجا فاسد شود وازپس ریاضت ورنج
طعام غلیظ نشاید خوردن چون ماهی تازه

وماننده آن زیرا که زود تباه شود بسیار
غذاها که دران مضرتی باشد کروهی با آن خوکرده
باشند وخوردن آن عادت دارند آن کروه را
آن غذا بهتر باشد از غذایی که دروی هیچ
مضرتی نباشد زیرا که با آن خوکرده باشند
وبسیار کس باشد که اورا غذای نیک زیان
دارد آن کس را ازان غذا پرهیز باید کرد وبدترین
خوردن آنست که طعام مختلف دریک نوبت خورده
شود باید که مدت طعام خوردن زود باشد که
اکر مدت دراز باشد آنچه باول خورده باشد
بهضم درآید وادخال الطعام علی الطعام شود
وبهترین نوبتها در طعام خوردن آنست که در
روز سه بار طعام خورند بامداد وشبانکاه

ودوم روز نماز پیشین و هر انکس که در یك روز
دو بار طعام خوردن عادت دارد اگر بیك بار
باز آید ضعیف شود و اگر یك عادت دارد بدو بار
کند هم ضعیف شود و کاهل گردد و کسی را که معدهٔ
گرم باشد صفرا در وی تولد کند او را باول روز
چیزی اندك باید خوردن و اولیتر آن باشد که
لقمهٔ چند نان باشراب غوره یا باشراب انار بخورد
پس بگرمابه رود و ریاضت کند و اگر کسی را
اتفاق افتد که از طعام ممتلی شود و بر وی
گران گردد یا بسبب حرکت طعام در معدهٔ او
بسوزد باید که حالی قی کند و اگر ممکن نگردد
آب گرم بخورد تا آنرا فرود آرد و خود را
در خواب کند و اگر بدین کار بر نیاید ورد

محرور باشد طبع را باطریفل کوچك نرم کند یا
بگلنگبین مسهل و اگر مرد مرطوب باشد طبع را
بکمونی و تمر هندی نرم کند و غذاهای لطیف
تن درستی را بهتر نگاه دارد ولیکن قوت کمتر
دهد و غذاهای غلیظ باید که بر گرسنگی راستی
خورند و باندازهٔ حاجت و بسیار خوردن میوه
های تر خون را آبناك کند و بدین سبب
هر که را حرارتی رسد خون او بجوشد همچو شیرهٔ
انگور و آبهای میوه اگر یك روز بماند بجوشد
و گرم شود و بعضی میوهای تر اگرچه محرور را
در تابستان وقت باشد که سود دارد ولیکن خون
ازوی خناق شود و زود عفونت پذیرد بدین سبب
آنست که از بسیار خوردن میوهای تر تبها تولد
کند

غذای خشك شهوت را ببرد و گونهٔ روی تباه کند
و طبع خشك کند و غذای چرب کاهلی کند و تشنگی
طعام ببرد و غذاهای سرد و سست و کاهلی آرد
غذاهای ترش بسیار خوردن آن اثر پیری زود
پدید آید بسیار غذاهاست که در یك روز یك
نوبت نشاید خوردن چون دوغ با و از پس هیچ
زردالو و شفتالو نشاید خوردن و نه از پس انار
ترش و نه از پس هیچ میوهٔ ترش ترنج یا چیزی که
از هر که سازند نشاید خوردن نمك و سیر تر
و شیر با هیچ میوهٔ تر نشاید خوردن سکباج
غوره با با ماهی شور نباید خوردن کبوتر بچه
و پیاز و سیر و خردل بیکجا نباید خوردن گوشت
نمك سود بسرکه و بشیر نشاید خورد و بچنین هم

مرغ بحرات نشاید پختن و خوردن سرکه در خنور
مس و ارزیز نشاید داشت که زیان کار شود سیر
و پیاز بیکجا نباید خورد و انگبین و خربزه بیکجا
نباید خوردن با میوه‌های تر آب یخ نباید خوردن
فندق و بادام بیکجا نباید خوردن هر کس که با لبنیات
شراب خورد از نقرس بیم بود از بسیار خوردن
پیاز کلف و سرگشتن بد بد آید چیزهای شور خوردن
از پس فصد و حجامت گر و بهق پدید آید والله اعلم
مقالت ششم سخن درین مقالت
مرتب برد و بخش بخش اول در استفراغ مباشرت
کردن و درین بیست فصل است فصل اول بر طبیب
واجبست علاج کردن اعضاء تناسل زیرا که حفظ
نوع ممکن نشود جز بتناسل و تناسل حاصل نشود

مکر آن وقت که زن وماده در لذت جماع ودر انزال
موافق باشد هم فرزند بدید آید وهم میان ایشان
دوستی بود واکر در انزال تقدیمی وتاخیری
باشد نه فرزند متولد شود ونه میان ایشان
الفت بود وبسیار بود که اوعیه منی مرد ضعیف
بود وآب او جهنده نباشد نه فرزند تولد کند
ونه زن از مرد لذت تمام یابد وباشد که آب
مرد کرم وتیز بود زود انزال افتد وشهوت
زن هنوز بدید آمده نباشد مرد از زن
جدا شود وحاجت زن تمام ناشده پس اکر آن
زن بی حیا باشد دران حالت اکر بیکانه یابد
حاجت خویش ازوی حاصل کند انکه لذت
هردو ازیکدیکر حاصل شود وانزال هردو

موافق افتد بی تقدیم وتاخیر وان در علم
طب است واکر آلت مرد وزن باندازه یکدیکر نیست
وبدان سبب ایشان را ازیکدیکر لذت نیست
تدبیر آن هم در طب است بدین سبب علاج اعضا
تناسل واجب است **فصل دوم** در منافع
جماع چون منی در اوعیه بسیار شود ودر تن
کرانی بدید آید چون جماع کرده شود تن
سبک شود وطبیعت ازجهت غرض آن ماده
بجنبد وبدان سبب شهوت طعام وهضم
زیادت شود وحواس صافی تر شود ودود
منی که جمع شده بوده است وبجانب دل ودماغ
برمی آمده دفع شود وبدان خیرکی چشم
وتیرکی دماغ واندیشهای فاسد زایل شود

دردکرده که ازامتلاء بود واماس قضیب خایه
وآماسهای پیغولهٔ ران ودرد پشت وکمرگاه
دفع شود درحق زنان حامله اختناق الرحم زایل شود

فصل سوم در مضرتهای جماع که

نه بر وقت ونه بر شهوت صادق افتد مبالغه
کردن در جماع والحاح کردن بر خود درین باب
سخت زیان دارد زیرا که چون اوعیه از منی
تهی شد هر جماع که از پس آن کنند غذای
خصیه از وی بستانند نه بینی که هرگاه که الحاح
کند بجای منی خون آید وچون غذای خصیه
ستده شود خصیه از گرده بستاند وگرده
از جگر وجگر از معده وغذا خام بلایه وناگوار رسیده
بخود کشند بدین سبب در رگها تا سار یفا

ستده افتد واما بی جگر بدید آید بس نه یرقان
واستسقا ادا کند وآنچه ازین غذای ناگوار رسد
بدماغ رسد درد سرآرد وبا آخر بصرع انجامد
وسکته وفالج ولقوه وضعیفی عصبها وآنچه
ازان غذای ناگوار بدل آید ازوی رطوبتی
خام درغلاف دل جمع شود وخفقان وضعیفی دل
بدید آید وآنچه بشش رود ضیق النفس وسرفه
وسل بدید آید وآنچه بحجاب رود ازوی ذات
الجنب تولد کند وآنچه بمفاصل رود ازوی
اوجاع مفاصل ونقرس وعرق النسا تولد
کند وبدانکه اگر جماع بر امتلاء اتفاق افتد
این علتها که گفته شده است تولد کند زیرا که
بسبب حرکات بسیار وانتشار حرارت طعام

از معده بجگر رسد نامهضوم واگر بر گرسنگی
اتفاق افتد مضرت او بیشتر بود زیرا که رطوبت
غریزیه خرج کرده شود وتن سرد وخشک شود
وقوت همه حواس ضعیف شود وساقهای پای
سست شود ورنگ روی زرد شود وموی ضعیف
شود وبسبب خشکی دماغ اصلع شود ودرد پشت
وزانو وگرده ومثانه خود نقد بود وهر انکس
درتن او خلطی بد بود درحال جماع فراسای آن
بپوستاو برآید واندام او ناخوش بوی شود واز
بسیاری جماع دوار وطپیدن دل وسپیدی تولد
کند وباشد که حرارت غریزی مشتعل شود وتبها
محرقه آرد اینست اندکی از مضرتهای جماع که بنا وقت
کرده شود فصل چهارم بدانکه مردم لاغر

بوند یا فربه یا معتدل در هردو اگر لاغر بود
جماع او را زیان دارد که در وقت جماع کردن حرارت
غریب درتن بدید آید وآن حرارت ورطوبتهاء
اصلی را گداخته کند وآن قدر از رطوبات که
باشد خرج شود بس انکس بدق درافتد ودر ذبول
افتد وچون رطوبت اصلی خرج شود حرارت
غریزی کمتر شود وباشد که جماع کردن این کس را
بمرگ مفاجا برساند وبدانکه مرد لاغر دو طایفه
اندیکی انکه رنگ ایشان سفید بود وپوست
ایشان نرم بر تن ایشان موی نباشد ورگهای
ایشان تنگ بود وخون اندکی بود وسپیدی
رنگ ایشان بسبزی گراید این همه علامتهای
سردی وخشکی مزاج اصلیست واین گروه رامینی

اندکی وغلیظ باشد وزیخ جماع کردن در تن
ایشان عظیم بد بدآید گروه دوم سیاه چرده
باشند ورکهای ایشان فراخ بود وبند کشهای
ایشان قوی بود وموی بر تن ایشان بسیار
بود وپوست ایشان سخت ودرشت بود واین
علامات مزاج گرم وخشك است این گروه را نیز
منی اندك بود وسطبر وشهوت جماع بسیار
بود ودران کار قوی باشند لیکن زود از کار
باز مانند ومضرت جماع کردن در حق ایشان
کمتر بود اما مردم فربه نیز دو گروه اند یکی
آنست که فربهی ایشان از پیه باشد نشان آن
بود که پوست ایشان نرم بود ونیز موی ورکها
باریك بود ورنك ایشان سپید بود وهمچنین

کس را مزاج سرد وترست این گروه را منی بسیار
بسیار بود ولیکن تنك بود وشهوت جماع اندك
بود واز مضرت دق وذبول ایمن باشند لیکن
مضرتهای دیکر چون درد پشت ودرد زانو وغیر آن
بسیار افتد گروه دوم آنکه فربهی ایشان از گوشت
بود ورنك ایشان بسرخی زند ورکهای ایشان
فراخ بود وخون بسیار بود وشهوت جماع قوی
بود ومضرت آن اندك بود واکر از جماع باز
ایستند مضرت آن بیشتر از مضرت بسیار کردن
باشد پیران ومردمان لاغر وکسانی که از جماع
لذتی یابند واز پس آن ضعیف شوند از جماع
دور باید بود وهلاك خود دران باید دانستن

فصل پنجم در تدبیرهای موافق

اما مزاج سرد وخشك را تدبیرهای گرمی ورزی
افزاینده باید کردن طعام از نان وکوشت بره
واسفیدبا وکوفته وهریسه وکباب باندازه هضم
وتوابل در طعامها در باید کردن چون زنجبیل
ودارچینی وپلپل وشیرینیها چون عسل ولوزینه
وشراب شیرین مزه وخرما در شیر اغشته وشیر
وانکبین سود دارد واز طعامهای شور وترش
باید کردن وبر بستر کرم ونرم باید خفتن وچون
طعام هضم شده باشد در کرمابه رفتن وروغن
یاسمین وروغن خیری بکار داشتن ولخلخه
مشکین با خود داشتن وشقاقل پرورده وزنجبیل
پرورده سود دارد واکر قوت بیك بار ساقط
بود در حال ماء اللحم باید داد با اندکی

شراب ریحانی وزرده خایه نیمبرشت اما مزاج
سرد وتر تدبیر درین باب ضعف بوی مشك وعود
باید کردن ومعجونهای باه که یاد کرده شود
بکار باید داشت وطعام او کباب وبریانی
وقلیه خشك بتوابل چون پلپل ودارچینی
وزنجبیل وبجای آب ماء العسل خوردن وشراب
کهن وشراب انکبین سود دارد اما خداوند مزاج
کرم وخشك تدبیر وی از طعامهای کرم طبیعت
پرهیز باید کردن وطعام او را از کدو واسفاناخ
وماش مقشر وکشك جو ودوغ تازه وبزغاله
ومرغ فربه وخایه مرغ نیمبرشت وماهی تازه
سخت موافق بود واز میوها انکور رسیده
موافق باشد وامرود چینی واز داروهای باه

چون شیر و ترانکبین چنانکه بعد ازین شرح داده
شود سخت موافق باشد و شیر تازه و شکر باهم
جوشانیده و نان سپید سخت موافق باشد
خداوند مزاج گرم و تر را جماع ناکردن زیان دارد
و ایشان را بمیزید علاج حاجت نباید و بعضی
مردم باشند که اگر جماع نکنند وسواس و خیرگی
چشم بدید آید و اگر نکنند طپیدن دل و ضعف
بدید آید و قوت ساقط شود و سبب این آنست
که مزاج آلتهای تناسل گرم و تر بود منی بسیار
تولد کند و مزاج دل و دماغ و معده ضعیف بود
علاج ایشان چیزها باید کردن که منی را خشک
کند و اگر خواهند که از لذت جماع باز نیفتند
و بهره یابند دل و دماغ را و معده را نفقه

باید کرد بمعجونهای قوی چون مثرودیطوس دوا
المسك و طعام و شراب معتدل کردن پس اگر دل
و دماغ گرم بود این معجونها احتمال نکند اطریفل
بزرگ بکار دارد و دل و دماغ را ببوی صندل
و گلاب و سیب و آبی و شراب خوشبوی قوت دادن
و بعضی مردمان باشند که ایشان را بعد از جماع
اندامها بلرزد بر سبیل رعشه ایشان را چند
روز پیوسته نیم درم جاوشیر با یکدرم سنگ
آب مرزنگوش بباید داد و اگر سخت باشد استفراغ
کند بداروهای که رطوبات لزج بیرون آرند
بهتر باشد و دماغ را بمشك و عنبر و روغن بان
قوت دهد و عصبها را بروغن قسط و روغن سوسن
و روغن ناردین و مشك و عنبر و سعد و ابهل

دردوی حل کرده می مانند وبعضی مردم را ازجماع
دردسر خیزد وچشم تیره سبب آنست که درتن
ایشان خلط بد بود بحرکت جماع بخار آن بدماغ
برآید علاج استفراغ آن خلط باید کرد یا بایارج
فیقرا وقوت دادن دماغ بروغن گل وگلاب وبدانجی
سرکه که برسر می نهند وطعام ازسماق وآب غوره
وانار ودانک ومانند این سازند وکشنیز درطعامها
کردن وگلاب وصندل بوییدن مفید باشد والله
اعلم فصل ششم درکیفیت شکستن
جماع اگربسیاری شهوت بسبب گرمی وتری
بود استفراغ وفصد کند شهوت را بشکند وطعام
مهاسبك باید خوردن وشربتهای خنك بکار
باید داشتن چون شراب لیمو وشراب نیلوفر

وآب تخم خرفه ودوغ ترش ودرطعامها کشنیز تر
وخشك وتخم کوك کردن وطعامها چون غوره با
با وسماق باریواج یا انارباو زرشك وترنج وجزها
سرد وخشك چون پست عدس ضماد کردن از
طحلب وبرك خرفه وکشنیز تر واسپیوش برخایه
ومعده وکاسنی بلج طلا کند صفت داروئی که
منی راخشك کند تخم کوك وتخم خرفه را
ستا راست شربتی یك درم تا پنج درم با آب عدس
پخته علاج ذکر بزر السذاب بزر البنج جندبیدستر
راستا راست شربتی یك درم علاج ذکر دیگر
تخم سذاب انیسون ازهریکی دو درم گل سرخ
وگل انار ازهریکی سه درم شربتی ازین دو درم
با آب غوره سرد یا روغن ترمس واگر بسیاری

شهوت از کمی و نیز سبب منی بود نشان او آنست که
منی زود بیرون آید و در کرده گاه کرمی و سوزش
منی باشد و از جماع ضعف بدید آید **علاج** او
شربتهای خنک باشد که یاد کردیم و بر پشت
ستان خفتن و تخته سرب بر پشت بستن برابر کرده
سود دارد **فصل** هفتم در آنکه قضیب
بی شهوت جماع برخاسته بماند سبب این علت بسیاری
بادهای غلیظ باشد در حوالی اعضای تناسل
و سبب آن بادهای غلیظ از خوردن طعامهای
غلیظ و باد انگیز بود چون انگور و نخود و لوبیا
و زرده خایه مرغ و شراب نو و این علت را
اگر زود علاج نکنند باشد که اماسهای گرم بدید آید
و بکشد اگر سبب این بیماری بلغم غلیظ بود استفراغ

باید کردن بفصد و علی الجمله این بیماری را
در باید یافت و اگر نه بیماریهای بد بدید آید
که براز انجامد **فصل** هشتم در آنکه
آب زود بیرون جهد بدانکه آن آب که در وقت
جماع بیرون آید و سبب تولد فرزند شود آنرا منی
گویند و آن آب که بوقت بازی و سخن گفتن و نگاه
کردن بکسی بیرون آید آنرا انزال مذی گویند
و آن آب که از پس بول کردن بیرون آید آنرا ودی
گویند و اسباب زود بیرون آمدن آب چهار است
سبب اول بسیاری منی است که از بسیاری
منی است خون بدید آید و دیر جماع کردن بدان بار
دهد علامتهای این قسم آنست که علامات
خون ظاهر بود و بند بیرهای گذشته بران یاری

دهد علاج اول رگ زدن و طعام کم خوردن
و از شراب دور باشند و بامداد آب غوره و انار
ترش و سکنجبین خورند صفت دارویی که منی
را کم کند تخم کوک تخم خرفه از هر یکی ده درم
کافور دانگ و نیم شربتی سه درم بکار دارند
سبب دوم تنگی و خامی منی آنست که ودی
از پس بول بسیار ظاهر شود علاج داروهای
گرم و قابض و خوردن گوشتهای بریان و مطجنه
و قلیه خشک با دارچینی و صعتر و زیره
و مانند این بکار باید داشت صفت دارویی
که مذی و ودی از مردان و از زنان باز دارد
تخم سذاب تخم بنجنگشت گلنار راسنا راست
شربتی از وی سه درم با سکنجبین خورند علاج

دیگر کرویا تخم بنجنگشت دود کردن و بقمع دود آن
باندرون فرج زن رسانیدن سود دارد ضمادی که
از قسط و فقاع اذخر و قصب الذریره و اقاقیا
و لادن سازند سود دارد لادن در روغن یاسمین
حل کنند و داروها بدان بسرشند اما طعام باید که
درویی سعتر و سذاب و زیره درو کنند سبب
سوم ضعیفی اندامهای تناسل و ضعف قوت ماسکه
علامت آن بود که منی خواستن قضیب بیرون
آید علاج اگر مزاج تن گرم بود علاج آنست که در
سبب نخستین گفته شد و اگر مزاج سرد و تر بود
و این بیشتر بود علاج آنست که استفراغ رطوبات
کند بداروهای مسهل چون حب شبطرج و طعام
گوشتهای بریان و قلیه خشک با انگبین خوردن

وروغن نرکس با مشك طلاء کردن ودر آب مورد
ومرزنکوش ونار پوست وجفت بلوط وسعد بخایند
ودران نشینند وازپس قسط وفرفیون وسعد
وسنبل واقاقیا ورامك وروغن نرکس وروغن
مورد طلاء کردن سود دارد وعصارهٔ مورد تر
وعصارهٔ مرزنکوش ازهر یکی سی درم بکیرند
واقاقیا ورامك وسك وقسط ومیعهٔ تر وعصارهٔ
لحیة التیس وفرفیون ازهر یکی دو درم روغن
بلسان نیم درم وروغن نرکس ده درم بهم بیامیزند
وطلاء کنند سود دارد احتلام افتادن بسیار
باید که بر پشت کتان وبرک کل وبرک بید
خفتن نیك بود وتختهٔ از سرب بر کمرکاه بستن
نیك شود وبا این علاجها که کفته شد

سبب چهارم کرمی وتیزی منی علاج آنست که
شربتها وضمادها وطعامهای خشك بكار دارند
تا آن تیزی را بنشاند وباعتدال باز دارد وتخم کدو
وتخم خرفه با سکنکبین سود دارد وصندل وکافور
خاصه نیلوفر جالینوس کوید که نیلوفر بوییدن
وخوردن وروغن او مالیدن قوت منی بنشاند
واسبغول نیز وهمه طعامهای ترش درین باب
سودمندست فصل نهم در اسباب ضعیفی
از مجامعت کردن بدانکه قوت بر مجامعت آنگاه
حاصل بود که مزاج عضو رئیس قوی بود چون
دماغ ودل وجکر واوعیهٔ منی علامت آنکه
ضعیفی در جماع بسبب ضعیفی دماغ بود آنست که
جماع آرزو نکند واکر جماع کند لذت تمام نیابد

وقضیب سست بود و بدانکه ضعف دماغ بر اقسام است
یکی انکه سبب ضعیفی دماغ سردی بود علامت او
آنست که خداوند این علت بسرمای سرد
وهوای سرد جماع نتواند کردن واورا چیزهاء
سرد خوردن زیان دارد دوم انکه سبب ضعیفی
دماغ تری بود علامت او آنست که در گرمابه
ودر مستی جماع نتواند کردن وآب خوردن
وتریهای این کس را زیان دارد سوم انکه سبب
ضعیفی دماغ گرمی بود علامت او آنست که خدا
وند این علت در زمستان قدرت بر جماع
کردن بیش ازین داشته بود که در تابستان
واین مزاج را چیزهای گرم زیان دارد چهارم
انکه سبب ضعیفی دماغ خشکی بود علامت آنست که

از طعامهای خشك ضعیف تر شود چهارم
انکه سبب ضعیفی عصبها بود که بدو آفتی
رسیده بود چون افتادن بر پشت یا بوقت
بریدن ناسور عصبی که بقضیب پیوسته است
ازین عصبها بریده شده باشد یا بر زمین سرد
بسیار نشسته باشد اما انچه از ضعف دل بود
علامت او آنست که شرم بروی مستولی بود
وترس ونشانیهای ضعف دل چنانکه در اول
این کتاب یاد کردیم ظاهر بود اما انچه از ضعیفی
اوعیه منی بود ما درین جایگاه علامت ضعف
اوعیه منی بعضی باز گوییم اگر مزاج اوعیه منی
گرم باشد خصیتین بزرگ بود وما همه نشانها
در اول کتاب شرح دادیم باز گفتن بی فایده باشد

فصل دهم در تدبیرهایی
قوت دهنده بدین کار نخود تازه زیاده کردن
در غذا از برای قوت مجامعت قوی تر و نافع تر
از همه غذاهاست زیرا که گرم است باعتدال
و غذا دهنده است و در وی رطوبتی است افزونی
که مادهٔ باد باشد اگر او را در آب کنند تا آغشته
شود و هر بامداد از آن نخود خام یک مشت
بخورد وی قوتی عظیم کند و در وی هیچ مضرتی
نیست و اگر مردم سرد مزاج آن را با زنجبیل
خورد صواب بود محمد زکریا گوید که اگر کسی
اندر خبز خانه عاجز آید بخوردن نخود خام بمقصود
رسد و اگر نخود خام بشراب آغشته کند قوی تر
بود قلیه که از گوشت و گزر و نخود و باقلی

کنند و نمک سا و او را با زنجبیل آغشته کنند و زردهٔ
خایهٔ مرغ بر افکنند بهترین غذاهاست و اگر
انگبین درین قلیه کنند قوی تر شود ماهی
تازه بریان کرده با پیاز خام خوردن سود
دارد و خداوند مزاج سرد را با زنجبیل و قرنفل
و دار فلفل باید خوردن صفت طعام نافع
هلیون با آب بپزند پس بروغن گاو بریان کنند
و زردهٔ خایه بر افکنند و دارچینی اندکی بر وی
پراکنند صفت نوعی دیگر چوزهٔ مرغ خانگی
فربه سه عدد کبوتر بچه یک عدد پیه کبوتر
بچه آنچه حاصل آید و همه را اندامها جدا کنند
و با نخود و باقلی و لوبیا و پیاز بسیار بپزند
و اندکی توابل در افکنند و نمک او را نمک سقنقور

کنند چنانکه نمك با زنجبیل آمیخته بود نوع دیگر
بگیرند گوشت اشتر جوان دو جزو و پیاز سفید
یك جزو با هم بپزند نیك و آبکامه خوش کنند
و عود کوفته و دارچینی رافکنند دیگر پی
بگیرند ماهی بریان کرده چنانکه رسم است
و زرده خایه مرغ برافکنند و توابل و دارچینی
و دار فلفل و زنجبیل برافکنند نوع دیگر
بگیرند مغز جوز هندی و پوستهای او را بتراشند
وانگاه او را خرد کنند و نان سپید در شیر تازه
با این مغز جوز ترید کنند و مرغ فربه یا بط
فربه در زیر آن بیاویزند در تنور این غذا
سخت نافع بود صفت دیگر بگیرند مغز بادام
شیرین مقشر و مغز فستق مقشر و مغز فندق

و مغز گوز هندی تراشیده و تخم خشخاش سفید
از هر یك برابر همه را بکوبند کعك خشك کرده
چند وزن همه هر بامداد مقدار چهل درهم
ازین مغزها در شیر تازه بجوشانند با آن کعك
بخورند تن را فربه کند قوت مجامعت زیاده
کند نوع دیگر بگیرند کبوتر بچه و جوزه مرغ خانگی
که علف ایشان نخود بوده باشد و مغز پنبه
دانه و لوبیا و باقلی و تخم معصفر بچینه عظیم سود
مند بود نوع دیگر بگیرند بنجشك و کبوتر که
در شکم او سیر و تخم جرجیر و نودری پر کرده
باشند و در زیر آتش کرده باشند سود دارد
و گفته اند اگر کسی پیوسته گوشت بنجشك
خورد و بجای آب شیر پیوسته قضیب را سخت کند

فصل یازدهم در داروها که از غذا سازند بگیرند نخود سیاه و در آب چندین تر کنند و چون خشک شود هم بدین آب باز تر کنند و باز خشک کنند و باز تر کنند سه نوبت پس هم سنگ آن پایند بکوبند و بروغن حبة الخضرا یا با روغن فستق یا با روغن جوز هندی و یا روغن پنبه دانه بسرشند بامداد و شبانگاه بمقدار جوزی از آن میخورند و از پس آن سه قدح شراب ریحانی صفت دیگر بگیرند نخود پاک کرده و بشیر تازه تر کنند تا بزرگ شود پس بروغن گاو بریان کنند و چند وزن آن از حب الصنوبر صغار با آن بکوبند و با انگبین مصفی بسرشند و اندکی دارچینی و مصطکی بر افکنند

و بمقدار جوزی بزرگ هر بامداد و شبانگاه میخورند صفت دیگر بگیرند خسک خشک و بستانند نیم و آنرا در آب خسک تر کنند که از خسک تر کوفته و فشارده باشند و خشک کنند و باز تر کنند سه نوبت یا پنج نوبت بعد از آن هر بامداد شش درم ازین خسک یا بیست درم شیر تازه بجوشانند و اندکی زنجبیل بر افکنند عظیم نیک بود صفت دیگر بگیرند خسک پرورده سه جزو و قرحا و شکر طبرزد از هر یکی چهار جزو و شربتی ازوی دو درم با آب گرم صفت دیگر بگیرند شیر تازه سه رطل و زنگبین تازه نیم رطل مغز حبة الخضرا کوفته نیم رطل خا و لبلاب کوفته و بیخته نیم رطل و درین سه رطل شیر بجوشانند

تا غليظ شود هر بامداد ده درم با كابيش خورند
قوي بود صفت ديگر بگيرند باقلي ونخود ولوبيا
ودر آب تر كنند تا بزرك شوند بس گوشت فربه
جوان بگيرند ويك تو گوشت كنند ويك تو
پياز نخود كرده ويك تو ازين حبوبات واندكي
نمك سقنقور در افكنند وتوابل دركنند وبپزند
صفت ديگر بگيرند مغز بجشك ومغز كبوتر
بچه بنجاه عدد وزرده خايه مرغ ده عدد
تماما اللحم كه از گوشت ميش جوان كرده باشند
ويك غدار وآب پياز كوفته وفشارده سي
درم سنك جرجير بنجاه درم وتوابل
چندانكه رسم است خاگينه سازند وبخورند
وازپس هضم آن اندكي شراب خوش بوي بخورند

قوتي عظيم حاصل شود صفت ديگر بگيرند تخم جرجير
كوفته ده درم لسان العصافير كوفته نيم درم
كند روي كوفته يكدرم همه را با زرده خايه
نيم برشت خورند صفت ديگر بگيرند زرده
خايه مرغ ده عدد وروغن گاو بيست درم
شكر سوده سي درم دارچيني را فكنند
ونيم برشت كنند وبخورند قوتي عجب ببينند واگر
بجاي شكر انگبين بود نيك باشد صفت ديگر
جلغوزه ده جزو تخم خربزه وتخم جرجير از يكي
يك جزو همه را بكوبند وبا روغن گاو بريان كنند
ونگاه دارند تا نسوزد واندكي دارفلفل
ودارچيني برافكنند وانگبين برسر آن كنند
وبقوام آرند واگر درين معجون تخم گزر شقا قل

درافکند نیك بود واکر کسی این تخم را نخواهد
بدل آن مغرحبة الخضرا کند واندکی نمك در
افکند نیك آید صفت دارویی که محرور را نشاید
بکیرند دو رطل شیر تازه از کاو جوان ودو سیر
ترانکبین برو افکنند پاکیزه وبجوشانند تا بقوام آید
شربتی دوازده درم بناشتا خورند بکیرند پایند
وشیر تازه وعصارهٔ پیاز از هر یکی جزوی وبجو
شانند تا بقوام آید شربتی ازوی دوازده درهم
سنك بناشتا صفت دیکر بکیرند عصارهٔ پیاز یك
جزو وانکبین دو جزو وهر دو را بپزند تا بقوام
آید تا عصارهٔ پیاز برود وانکبین بماند شربتی
مقدار دو کفچه با آب کرم در وقت خواب نافع
بود صفت دیکر بکیرند آب پیاز یك جزو

پایند یك جزو بپزند تا بقوام آید شربتی پانزده
درهم صفت دیکر بکیرند پیاز سپید صد عدد پاك
کنند ودر پاتیله سنکین کنند وشیر تازه بر سر آن
کنند چندانکه چهار انکشت بر سر آن بایستد وبپزند
تا مهرا شود بعد از آن بردارند وبنهند تا سرد شود
وهم سنك وزن پیاز روغن کاو کنند وبپزند تا
بقوام آید وبکیرند شقاقل وخولنجان از هر یکی
بیست درهم کوفته وبدان برشند وبکار برند
بناشتا مقدار ده درهم یا بیش صفت دیکر بکیرند
حبة الخضرا چندانکه خواهند بکوبند وبا شراب
انکوری بپزند چندانکه مهرا شود وبپالایند از آن
شراب یك رطل با بیست وپنج درم سنك روغن
بادام شیرین آمیخته در مدت هفت روز بخورند

صفت دیگر بگیرند تخم شلغم تخم جرجیر مغز تخم
جوزه و اسنارلست بکوبند هر بامداد سه درم
با شیر تازه بخورند صفت معجون نافع زنجبیل و دار
فلفل تودری سرخ و سپید نعناع شقاقل را
سنارلست همه را بکوبند و هم سنگ ادویه نمک سقنقور
بیامیزند و بکار برند صفت دیگر قوت مجامعت را
زیادت کند بگیرند شلغم و انجیر و اسنارلست و هردو
را در آب بپزند تا آب قوت آن بگیرد پس بفشارند
و صافی کنند و قدری از پایند که طعام آن شیرین
کند در آن آب کنند و باز بجوشند تا از نیمه یکی ماند
آنگاه بکار برند نیک نافع بود صفت دیگر بگیرند
انجیر خشک فربه پنج من حلبه پنج درم اول انجیر را
بشویند تا غبار خاک از وی برود و در آب کنند

چندانکه آب بر سر آن بایستد اگر زمستان بود سه
شبانه روز بجای گرم بنهند و اگر تابستان بود
یک شبانه روز و اگر بهار بود یا خزان دو شبانه
روز تا آب طعم انجیر گیرد و قوت از وی بستاند
پس جوشی بدهند و در کرباس پاکیزه کنند و بفشارند
و بپالایند و آن آب در دیگی کنند سنگین و هم
سنگ آن انگبین و بعضی انگبین نیم وزن آن کنند
و تخم هلیون و دری سرخ و سپید از هر یک دو درم
سه درم زنجبیل دارچینی جوز بوا بسباسه خیربوا
از هر یکی یک درم همه را بکوبند و در خرقه کتان
کنند فراخ و در دیگ افکنند و بجوشانند تا بقوام
آید و هر ساعت آن صره می مالند تا قوت دارو
در شراب می رود پس صره را بفشارند و بیفکنند

وازان هر روز بیست درم یا سی درم میخورند
عظیم نافع است صفت دیگر بگیرند گزر ده من و یا
یکزه کنند و بشویند نیک و سر در آوندی کنند
و آن را درم درم کنند و در دیگ سنگین کنند و سی
درم حلبه و ده من آب در وی کنند و سر دیگ
بپوشند و در گل گیرند تا بخار بیرون نشود و چون
پخته شود برگیرند و بنهند همچنان سر دیگ پوشیده
تا سرد شود آنگه سر دیگ بگشایند و آن آب از وی
بپالایند و گزر را در کرباس کنند و بفشارند و هم
سنگ آب گزر انگبین مصفا بر نهند و همان داروها که
در شراب بیشین باد کرده شده در صره کرده
در وی افکنند و همچنان بپزند و بعضی اطبا هم
سنگ آب گزر شراب انگوری با انگبین بیامیزند

نیک آید اما حرام است فصل دوازدهم
در معجونها بهترین معجونها درین کار مثرودیطوس
است و دواء المسك خاصه کسی را که سبب تقصیر
درین کار ضعف دل بود صفت آن بگیرند عسل
بلادر و انگبین و روغن گاو از هر یکی برابر
و هر سه را در هم بجوشانند و نگاه دارند تا نسوزد
شربتی از وی یکدرم تا دو درم با شراب ممزوج
کنند صفت دیگر بگیرند حلبه را و بجوشانند
و بپالایند و خرما را دانه بیرون کنند و بکوبند
و با انگبین بسرشند از یک درم تا دو درم با آب
گرم با شراب ممزوج کنند و بخورند نوعی دیگر
بگیرند تخم پیاز سپید و شقاقل و مغز بجشک
و کندر را زهر یک جزوی و همه را بکوبند و با مغز

بغتك حل كنند وخشك كنند وپس با آب نيم گرم بسرشند
وحبها كنند وبخورند سخت نافع بود نوعى ديگر
بگيرند حب الصنوبر وتخم كرفس وزهره كوزن كشن
وحلك الانباط از هر يك جزوى همه را با انگبين
بسرشند شربتى يك مثقال نوعى ديگر كه خداوند
مزاج سرد را شايد جاوشير سه درم در يك اوقيه
آب مرزنگوش حل كنند وبسه روز بدهند نوعى
ديگر بگيرند تخم كرفس فلفل تخم جرجير لسان العصافير
كرم دانه از هر يك سه جزو همه را بروغن حب الصنوبر
صغار بمالند وبكار برند نوع ديگر بگيرند خايه
خركوش خشك كرده ونمك سقنقور راستا راست
هردو را بكوبند هر بامداد شربتى دو درم بكار دارند
نوع ديگر بگيرند قضيب گاو جوانه وخشك كنند

وبكوبند وچند نيم مثقال زرده خايه مرغ نيم برشت
برافكنند وبخورند عظيم نافع بود فصل
سبزدهم در داروهايى كه چون طلى كنند قضيب را
سخت كنند بگيرند سنبل وسعد خردل دارچينى
خاولنجان سداب همه را بكوبند وبشيرابه تر كنند
وبنهند ناروها شير را بخورند وخشك شود پس
بكوبند وبا زهره گاو تر كنند وبنهند تا خشك شود
پس با انگبين حل كنند وبر قضيب طلى كنند نوع ديگر
بگيرند پيه گاو وبگدازند وپياز نرگس وعاقرقرحا
ومويزج بكوبند چندانكه خواهند ودر پيه گداخته
افگنند وبر حوالى قضيب وخايه طلى كنند وپيه
شير طلى كردن قضيب را سخت كند نوع ديگر بگيرند
مغز پنبه دانه وبروغن قسط يا روغن بان يا روغن

خیری بیرشند وبرقضیب ومتبعرعانه وکرکاه وبریبا
وکف پای طلا کنند **فصل چهاردهم در حقنه**
وشیاف که قوت مجامعت کند بکیرند سرکوسفند
وخایهٔ او وپارهٔ دنبهٔ او ویك کف نخود ویك
کف کندم وتخم جرجیر وتخم شلغم وتخم هلیون
از هریکی پنج درم همه را در دیك کنند وآب در کنند
چندانکه دوانکشت برسر آنها بایستد وسر دیك بپوشند
وبکل درکیرند ویك شب در تنور بنهند تا پخته شود
ازین مطبوخ بکیرند ده درم سنك یا بیستر درم
چندان روغن ونیم چندان روغن جوز وبوقت
خفتن حقنه کنند بدان وچون حقنه خواهند
کردن نخست بحاجت برخواسته باشند وخود را
فارغ کرده تا مفید بود نوع دیکر بکیرند سرکوسفند

وخایهٔ بز وهردو را بایکدیکر بکوبند وبیست درم
کندم نیم کوفته وبیست درم نخود وشبث وجرجیر
وشلغم وبرك چقندر را از هر یك دسته کوچك
وشلغم پاره پاره کرده بیست درم سنك جوز
پاك کرده ده عدد تخم مصطکی نیم کوفته بیست
درم تخم پیاز وتخم هلیون از هر یکی ده درم
همه را در چهار من آب بپزند تا بیك من باز آید
وبپالایند واکر بجای شراب نبیذ شیرین کنند
قوی تر آید این مطبوخ یك اوقیه مانیم اوقیه
روغن نیم اوقیه روغن سوسن نیم دانك سنك
مشك حقنه کنند سه شب آخر ماه نافع بود
فصل پانزدهم در بزرك کردن قضیب
بکیرند خراطین خورد کرمی است دراز وباریك

وسرخ درمیان زمین ودر زیر خاک تر باشد پس
زمین بکاوند وبیرون کنند وآنرا چنانک وبروغن
کنجد بسایند وبر قضیب طلا کنند وهرگاه که
طلا کنند با روغن فرفیون طلا کنند تا نیک آید
ونافع بود وعاقرقرحا نیز یار کنند بهتر بود وهرگاه
طلا خواهند کرد نخست قضیب را بمالند چندانکه
سرخ شود پس دارو طلا کنند وروغنها گرم وآب
بادروج مالیدن سود دارد فصل
شانزدهم در لذت زیادت کردن مردان وزنان
عسل زنجبیل پرورده پیش از وقت جماع با آب
دهان تر کنند وبر قضیب مالند پس جماع کنند
آخر عاقرقرحا وکبابه بخایند یا انگزد بر دهان
تر کنند وبر قضیب طلا کنند وبگذارند تا خشک

شود پس ازان جماع کنند لذتی عظیم یابد وبا زنی
مرد این تدبیر کند آن زن با هیچ مردی
دیگر خوش نباشد صفت دیگر بگیرند عاقرقرحا
وزنجبیل ودارچینی از هر یک برابر کوفته با اندکی
انگبین سرشته وحبها کنند وبا خود دارند پیش
از وقت جماع بیک ساعت یک حب در دهان
گیرد وآب دهان بر قضیب مالد وبگذارد تا خشک
شود وپس جماع کند لذتی یابد عظیم ٥
فصل هفدهم بگیرند مشک وزعفران
در شرابی خوش بوی بجوشانند وخرقه بدان تر کنند
وبخود برگیرند چندانکه رسم باشد فرج زن نیک
نوع دیگر بگیرند کرم دانه وزم بکوبند وبحریره بپزند
وبا اندکی روغن زنبق بخود برگیرند چنانکه رسم است

وازین دارو بسیار بکار ندارند تا بینك کرم نشود
فصل هفدهم در تنك کردن فرج بگیرند
عود و سعد و رامك و راسن و اقاقیا و نفل
و اذخر که مسك همه را بسایند و پشم پاره بمی سوسن
ترکنند و بدین دارو آلوده کنند و بخویشتن
برگیرند آخر مازوی خام و قفاع اذخر راسنارا
بکوبند و بپزند بحدی که یك ثلث و بشراب ترکنند
و خرقه بدان آلوده کنند و بخود بر دارند و هر ساعت
تازه میکنند این بجای دختری رساند آخر
بگیرند پوست صنوبر کوفته و در شراب قابض بپزند
و هر ساعت خرقه بدان تر میکنند و بر می دارند
آخر بگیرند سرو و مرداسنك نرم بسایند و بخود
بر دارند نافع باشد فصل نوزدهم در دوقت

جماع کردن جماع وقتی باید کرد که نه سیر و نه گرسنه
باشد و از پس تخمه و سیکی و اسهال و فصد و عرق
بسیار آمدن و رنج و ریاضت و در حال غم و اندیشه
و از پس بیخوابی البته جماع نشاید کردن و در مستی
و خمار نشاید کردن و خداوند مزاج سرد را در گرمای
قوی نشاید کردن شراب صرف نشاید خوردن
و هیچ از پس جماع آب سرد و شربت سرد نشاید
خوردن زیرا که باستسقا ادا کند و با آب سرد
غسل نشاید کرد و خود را از سرما و هوای سرد
نگاه باید داشت و بهترین شکلی آنست که زن
بر بستر نرم بر پشت خفته باشد و مرد بر بالای او
و تن بر دارد چندانکه نطفه بجایگاه رسد و هم
لذت بیشتر باشد و بدترین شکلها آنست که زن بر بالا باشد

زیرا که آب مرد بتمامت بیرون نیاید وبود که آب زن
بنایژه مرد فرو آید واین سخت زیان کار است
و بر پای جماع کردن درد زانو آرد ودرد سر و
خفته آب بتمامت بیرون نیاید واماسها دران حوالی
بدید آید فصل بیستم مباشرت کردن با غلام
با آنکه در شریعت حرام است و بر خلاف طبیعت
آفرینش است وسبب انقطاع نسل است ونزدیک
خدای تعالی نکوهیده است با این همه دروی مضرتی
دیگر هست که عظیم آفتها ازوی خیزد وآن آنست که
در موضع زن قوت جاذبه است مر منی را اگرچه
جذب منی بسیار کند ودر موضع غلام قوت جاذبه
نیست مر منی را بلی اگرچه جذب اندک کند لیکن بقیتی
در راه گذر ان منی بماند عفن شود واماسهای غانه

و کرده خیزد وآن را دشوار تدارک توان کردن
بخش دوم در استفراغها ودر گرمابه رفتن
سه است منفعت اول آنست که چون مردم
ریاضت کرده باشد وخلطها غلیظ که در اندرون
تن بسبب حرکت لطیف شود وبظاهر پوست آید
اندر گرمابه باید شدن تا خلطها از مسام
پوست جدا شود وبقیت اخلاط تحلیل پذیرد
منفعت دوم آنست که بواسطه گرمابه تن رطوبتی
پذیرد وخشکی که بر ظاهر پوست مستولی
شده باشد زایل کند منفعت سوم آنست که
ریم وغباری که بظاهر تن او نشسته باشد
زایل کند وچون این مقدمه معلوم شد
گوییم بکار داشتن گرمابه از پس ریاضت چنان

باید که از ریاضت تمام آسوده باشد آنگاه بگرمابه
در شود و در گرمابه پیش از آن نباشد که پوست
از آب تر شود و نرم گردد و پیش از آنکه عرق
خواهد کرد بیرون آید تا دیانی تحلیل نکند و مردم
لاغر و دق گرفته را گرمابه که آب او خوش بود
و گرمابه و آب او سخت گرم نباشد و اگر آب او سخت گرم
باشد پوست از وی بگریزد و مسام را گشاده نکند
ولیکن پوست را سخت کند و بجای داغ کردن ماند
و تری آب بمسام در نشود و بتن برسد و اگر گرمی
او با اعتدال باشد حرارت غریزی را برافروزد
لیکن اگر در تن حرارت غریب باشد آن را زیادت
کند و اگر حرارت آب کم از فاتر باشد حرارت
بیفزاید لیکن تری بیفزاید و اگر چنین آب

بسیار بکار برند سردی و تری افزایند و هوای
گرمابه هرگاه که در تن خلطی خام باشد آن را
بپزاند و تمام بگدازد و تحلیل کند از بهر آنک
گویند که در گرمابه بسیار درنگ نباید کردن
و اگر حرارت گرمابه با افراط بود حرارت غریزی را
زیادت کند و اگر بر ریق در گرمابه شوند و بسیار
باشد تا عرق بسیار کند تن را لاغر کند و خشک
و ضعف آرد و اگر طعام خورده در شود فربه کند
زیرا که غذا بظاهر تن کشند و اگر طعام گوارده
در شود که هنوز گرسنگی بدید نیامده باشد
فربهی با اعتدال کند و قوت فزاید و نیک سود
دارد دوم محرور را گرمابه صفرا بشوراند احتیاط
آنست که پیش از آنکه در گرمابه شود اندکی نان

باشراب ترش انار بخورد یا گلاب و در گرمابه
بسیار ننشیند و در خانهٔ گرم نشود و محرور
و مرطوب چون از گرمابه بیرون آیند هیچ
شربت سرد و چون جلاب و فقاع نشاید خورد
و نه در گرمابه زیرا که گرمابه مسام را گشاده
کند و شربت زود بگذرد و با اعضای رئیسه
برسد و قوتهای اعضا را ضعیف کند و باشد
جگر سرد کند و باستسقا کشد و بود که بفالج
کشد یا بنقرس بیرون آمدن از گرمابه خاصه
در هوای سرد باحتیاط باید و سر و تن پوشیده
و تب و حرارت و اماسها پدید آید و در گرمابه
بسیار نشاید رفت و بسیار در گرمابه نشاید
نشست که دل را گرم کند و غشی آرد و مادها را

بگدازد و از عضوی بعضوی ضعیف بر آرد و اماسها
و دردها تولد

مقالت هفتم در حرکت و سکون

و این مقاله مشتمل است بر چهار فصل

فصل اول در حاجتمندی تن درستان بحرکت و ریاضت

بدانکه چون مردم غذا خورد
بعضی از آن هضم تمام یابد و بعضی در اندرون
رگها باز ماند ناپخته چون حرکت کند از حرکت
سبب حرارت غریزی شود و قوت حرارت غریزی
آن مادهای ناپخته را پخته کند و آنچه ناصالح
باشد از و خلطی نیک تولد کند و آنچه ماند باشد
از آن تحلیل کند و بعرق و مسام پوست آن را
خرج کند بر حرکت کردن اصلی بزرگست در نگاه
داشتن تن درستان و طبیبان آن حرکت را

رياضت كويند و رياضت دو كونه است اوّل حركت
همه اندامها چنانكه كسي پياده رود واين را
رياضت كلّي كويند دوم حركت يك اندام باشد
واين را رياضت جزوي كويند فصل
دوم در وقت رياضت چون معده و جكر از غذا
خالي باشد و غذا بركها در آمد و باندامها
رسيد و از خواب تمامترين برخاست و دليل
رنكين شد و روده و مثانه از ثقل و از آب
تهي شد وقت رياضت در آمد و مضرّت رياضت كه
بناهنكام بود آنست كه اكر هنوز معده و جكر
از غذا خالي نشده باشد خلطي خام در تن پر
شود و سدّها تولّد كند و همچنين اكر رياضت
كند و در تن خلطي باشد بيشتر از آنكه رياضت آنرا

تحليل تواند كردن و آن خلطها تواند كداختن و
باشد كه از جاي خويش بجنبد و بعضوي ديكر
آيد و اماس كند و باشد كه از حرارت حركت
كرم شود و سبب بيماري شود و بود كه آن خلطها
بسبب حركت در جنبش آيد و بجوشد و بدين سبب
بيشتر كردد و جابجاه بيشتر كيرد و بدين سببها
كذرها و ركها پر شود و كذركاه روح بسته شود
و بيماري مفاجا بيم بود و اينچنين كس را اولين
آن باشد كه نخست تن را از فضله پاك كند
بر وجهي ديكر آنكاه رياضت كند امّا مضرّت
رياضت بر كرسنكي آنست كه حركت و رطوبت
اصلي را بكدازد و چون رطوبت اصلي كم شود
حرارت غريزي كم شود و عاقبت آن بذبول

ورق رسد فصل سوم در اندازه ریاضت
معتدل هرگاه که رنگ روی بر می فروزد و
نشاط حرکت می باشد و رگها پر میشود و دم زدن
بحال خویش باشد هنوز وقت ریاضت است
و اصل بزرگ در ریاضت آنست که هنوز
مزاج ریاضت می نگیرد اگر مزاج گرم خشک بود
از حد ریاضت باز ایستد و اگر مرطوب است
و سردی غلبه دارد بدین حد باید رسانیدن
و نیز افزون تر و حرکت ریاضت اول آهسته
باید کرد آنگاه بتدریج حرکت سخت تر می کند
تا بغایتی رسد قوت ریاضت کننده بیش از آن
نتواند کشید باسانی پس همچنان بتدریج نرم
میکند تا بتدریج از ریاضت باز ایستد و پیش

از ریاضت نخست دست و پای و پشت را ریاضت
کنند باید مالیدن مالیدن معتدل بدستهای
مختلف یا بخرقه درشت پس بروغنی عذب چون
روغن بادام با روغن کنجد تازه و بعضلهای او را
چرب کنند و با آهستگی می مالند بی تحرکت
ریاضت مشغول شوند و این مالیدن حرکت
غریزی را بجنبانند و مسام گشاده کند و فضلها را
بیرون کند تا بریاضت تحلیل پذیرد و این نیز
را باید که عضلهای او سخت باشد و مسام او بسته
و غذاهای غلیظ خورده باشد اما نی که عضلهای
او نرم باشد و غذاهای غلیظ نخورده باشند
او را بچندین مالیدن و بروغن چرب کردن حاجت
نیست و چون از ریاضت باز ایستد در گرمابه

شود و در خانهٔ میانه بنشیند و با آب نیم گرم خنک
پوست را خوش آید بر خود می ریزد و لختی دیگر
بماند مالیدن نرم و در میانه مالیدن دست
و پای و عضلها را نیک بکشد تا باقی فضول را کم
بحرکت گداخته باشد تا بمسام بیرون آید و تحلیل
خرج شود و اگر این مالیدن هم بروغن باشد صواب
باشد و مالیدن دوم هر تنی را باید که عضلها
او سخت باشد و غذاهای قوی نخورده باشد
و تنی که عضلهٔ او نرم باشد و غذاهای قوی
نخورده بود او را بدین مالیدن حاجت نباشد
و نه بدین ریاضت و اگر باشد چندین استقصا
حاجت نبود فصل چهارم در ریاضت
جزوی بدانکه هر عضوی را ریاضتی خاص

ریاضت پای پیاده رفتن بود ریاضت دست
چیزی گران از جای برگرفتن بود یا کمان کشیدن
ریاضت زبان و حلق و حنجره با آوازهای گونا
گون خواندن اول باهستگی بعد از آن بلند کردن
ریاضت سینه نفس باز کشیدن و لختی فرو
گرفتن و گاه مالیدن ریاضت چشم خط باریک
خواندن و در چیزهای دقیق نگرستن و سیاهی
در نظر داشتن تاریکی چشم را سود دارد و در
سبزه و آب روان نگریستن بصر را نور زیادت کند
نشستن در کشتی خاصه بکنار نزدیک بود محرور را
سود دارد و غذا و نه معتدل سرد را سود دارد
خاصه اگر منش گشتن آورد و قی افتد ریاضت
اندر آویختن دو کس با همدیگر و کشیدن ریاضت

همه تن باشد رفتن و دویدن در آفتاب گرم فضلها که
در تن باشد بگدازد و بعرق بیرون آرد و بادها را
بشکند و آماسهای استسقا را تحلیل کند اگر در
آفتاب تن برهنه کنند پوست را سخت کند و مسامها را
بر بندد و بر سنگ و ریگ و زمین گرم نشستن خداوندان
درد زهیر و درد گرده که از سردی باشد سود دارد

فصل هشتم تدبیر خواب و بیداری در بیان
آنکه خواب چیست چون بخار لطیف از تن بدماغ
برآید از خون نرم و آن بخار در مجاری روحهای نفسانی
باشد روح راه نیابد از دماغ بدیگر اندامها رسد
خواب باشد و هر باری که این بخار معتدل باشد خواب
معتدل بود یا کم خواب باندازه آن بود اینست حقیقت

فصل اندر منافع خواب هرگاه که خواب باندازه
باندازه باشد در وی منافع بسیارست منفعت اول
آنست که مردم را در بیداری جمله قوتهای او چون
بینایی و شنوایی برکارست و بسبب خواب کردن
فرو ایستند لاجرم آسایش یابند منفعت دوم آنست
که چون مردم بخسبند حرارت غریزی در اندرون
شود و غذاهای ناپخته پخته کند منفعت سوم
آنست که چون حرارت غریزی در باطن جمع شود
قوی تر گردد و قوتش زیادت شود صلاح حال
تن کند زیرا که مصلح حال تن حرارت غریزیست
منفعت چهارم آنست که خواب تن را ماده فربهی
دهد زیرا که هضم در خواب تمام تر باشد و زیرا
کمتر تحلیل پذیرد اما مضرت خفتن بسیار
مرطوب و سرد مزاج را زیان دارد و قوتها را

سُنّت کند وسرگردان کُند خواب بامداد پیش
ازآنکه حرکت وریاضی کرده شود وغذا خورده
شود سخت زیان دارد وتن راسُست کند خواب
روز بیماریهای بلغمی ونزله آرد ورنگ روی
تباه کُند وسپرز بزرگ کند وشهوت طعام را
ضعیف کُند خواب گرسنگی قوّت ساقط کُند
ولاغر کند زیراکه وقت خواب حرارت غریزی را
باندرون تن باز گرداند وچون باز گردد وغذا
نیابد که هضم کُند ورطوبتِ اصلی راکه مایهٔ
اوست خرج کند وچون مادهٔ او خرج شود
ناچار ضعیف گردد خواب روز بعوض خواب
شب باز ناپسند وکسی که خفتن بروز عادت
کرده باشد بیک بار ازان عادت باز نیاید

گشت **فصل** درآنچه چگونه باید خفتن
نخست یک ساعت برپهلوی راست باید خفت
پس پهلوی چپ باز گشتن ودر روی د
خفتن اندامها اسایش بهتر یابد لیکن از
بسیار خفتن برین شکل بیماریهای صعب تولد
کند چون فالج وکابوس وسکته زیراکه اخلاط
وفضلها ازراه بینی وکام بجانب
قفا باز گردد وبعضیها
فرود آید وبهتران
باشد که با طعام اندر
معده فرو نگذرد
ونخسبد واگر
باذی نمی
جنبد
[illegible]

خصیة ثعلب شقاقل حب الراس تخم حلبون تخم جرجر
درهم ٥٠ درهم ٥٠ درهم ٥٠ درهم ٥٠ درهم ٤٠

تخم صنوغان کبابه بسباسه خولنجان زرنجبیل
درهم ٢٠ درهم درهم ٢٠ درهم ٥٠ درهم ٣٠

بهمن تودری نعنع تخم عصفور لسان عصافر
درهم ٢٠ درهم ٥٠ درهم ٢٠ درهم ٢٠ درهم ٧٠

سورنجان بنفشه دراز تخم شلغم تخم کشنیز دم دکیش مرده مار وسنک باغی
درهم ٥٠ درهم ٥٠ درهم ٤٠ درهم ٥٠

مار وانیک سودی دار فلفل لبلب اغلاوق بغلاوق
درهم ١٠٠ درهم ٣٠ درهم ٢٠ درهم ٥٠ درهم ٢٠

تخم تره ورق خیال جوزبویه زعفران فستق شامی
درهم ٢٠ درهم ٥٠ درهم ٢٠ ٣٠ درهم ١٠

مربت صنقانقور تخم تورب تخم نیبه زعفار تخم بمیزاوق
درهم ١٠ درهم ٢٠ درهم ٥٠ درهم ٢٠ درهم ٥٠

بوزیدان انیسون قولنجان هلول عاقرقرحا نوع دکرز
درهم ٢٠ درهم ٥٠ درهم ٢٠ درهم ٩ مراکلی دارنی

حلیلت درم خنوک دم سوار دو غ بوجمله دوکلرلراون ابلرابلکی
درهم ٥٠ سودین ٣٠ درهم اجزا دکلو بال قوام ویرهلر